◆家庭中医保健顾问◆

小中药大功效 贰

中医入门第一书

【张步桃治大病】

张步桃◆著



简便健康

北京科学技术出版社

责任编辑：众一

封面设计：福瑞来书装·陆翔



养生有道

饮食起居，生活处处皆中医

补充胶质食物对延缓衰老非常重要

预防前列腺肥大就不要憋尿

常吃海里的动植物，可以少得肿瘤

人中疔一定要谨慎处理

夏季应该吃姜保养

晚睡为万病之本

苦瓜酒可以降血糖



小方治病

四两拨千斤，简便方法去除烦心病

冬葵子对便秘有治疗作用

香菜酒治皮肤病很有效

南瓜可以解烟毒

甘露饮治疗各种口臭都灵光

按压内关穴迅速止呃逆（打嗝儿）



医生借鉴

语不惊人誓不休，金玉之言助君冲开思维的困境

帕金森病可以用芍药甘草汤等

用当归四逆汤治疗身痒脚胀

丰乳主要从足厥阴肝经和足阳明胃经入手处理

中风急救可以扎十宣穴放血

山楂、决明子、甘草三味药治疗高血压效果好

白及的修护作用非常好

从事中医，除了治疗病患之外，还要教化人心



ISBN 7-5304-3327-X/R·867

定价：25.00元

◈家庭中医保健顾问◈

小中药大功效

贰

【张步桃治大病】

张步桃◆著

北京科学技术出版社

著作权合同登记号
图字：01－2005－6554

图书在版编目（CIP）数据

小中药，大功效（贰）——张步桃治大病／张步桃著．—北京：北京科学技术出版社，2006.6
ISBN 7－5304－3327－X

Ⅰ．小…　Ⅱ．张…　Ⅲ．中医治疗学－普及读物
Ⅳ．R242－49

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2006）第005782号

小中药，大功效（贰）——张步桃治大病

作　　者：张步桃
策　　划：众　一
责任编辑：众　一
责任校对：黄立辉
版式设计：众　一
出 版 人：张敏德
出版发行：北京科学技术出版社
社　　址：北京西直门南大街16号
邮政编码：100035
电话传真：0086－10－66161951（总编室）
0086－10－66113227（发行部）
0086－10－66161952（发行部传真）
电子信箱：postmaster@bkjpress.com
网　　址：www.bkjpress.com
经　　销：新华书店
印　　刷：三河国新印装有限公司
开　　本：880mm×1230mm　1/32
字　　数：110千
印　　张：7.5
版　　次：2006年6月第1版
印　　次：2006年6月第1次印刷
ISBN 7－5304－3327－X/R·867

定　价：25.00元



自序

壬午(2002)年夏,承远流出版公司鼎助出版发行《小中药,大功效(壹)——张步桃开药方》,至今忽忽两载矣!自该书出版以来,一路畅销,迭创佳绩,并荣登书店销售排行榜。揆其原因固与远流之行销网遍及全球和编辑设计之精良有关,而内容之雅俗共赏、浅显易读、有效实用,亦为其主因也!陆续有从世界各地获读该书而回台求诊者,可谓影响深远。

原本在《小中药,大功效(壹)——张步桃开药方》出版后,接踵计划于癸未(2003)年底,增添相关内容文稿,发行第二册,奈何文字记者宜昭俗务繁冗,多所蹉跎,延至甲申(2004)年暑月,历时两寒暑,《小中药,大功效(贰)——张步桃治大病》千呼万唤始问世。

本书与《小中药,大功效(壹)——张步桃开药方》一脉相传,层次境界虽有提升,但仍秉持通俗化、普及化之原则,其中部分医案系由谢发岳君整理,谢君出身军旅,曾任三军大学教务长,热爱中医药,已通过中医师检定及格,学养俱佳,文思敏捷,不愧为断轮老手。

本书内容主要意在探讨疑难杂症之发病原因、病理机转及防治原则,虽未能尽愈诸病,但或能弥补现代医学之所

未逮,苟能相辅相成,未尝不是人类一大福祉也。

疾病固然棘手,但若能坦然面对,祛除心理障碍,相信能远离病痛,重登寿域!值此《小中药,大功效(贰)——张步桃治大病》刊布之际,特缀数语,是为之序!

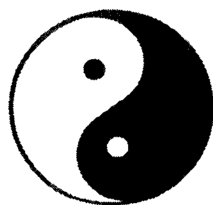
张步桃

写于甲申年六月二十九日·百佛居

外孙女幽探满四周岁之日

卷头语

生活处处是中医



• 小方治病

☞ 治皮肤痒的外用药酒

☞ 让脑袋“灵光”的食物和药物

☞ 过敏性鼻病的按摩方法

☞ 平常贝母的用途和用法

• 保养提示

☞ 肝经时间一定要睡觉

☞ 吃，不要自找污染

☞ 要避免形寒伤肺

• 医生借鉴

☞ 入心的药物

☞ 治疗系统性红斑狼疮

生活就是中医，养生保健要靠自己。

对症用药才有效

传统医学不像西医所想像的那么深奥，所讨论的、所在乎的不过是人的问题。每个人都应该最了解自己的身体，但我发现，大家宁可相信那些冷酷的死仪器，竟然不相信自己身体的敏感；而且有很多人，每天都在自己吓自己。有人每天要量6次血压，每量一次就高一次，为什么？因为紧张！一紧张，血管、肌肉、神经就收缩、痉挛，血压当然升高，这不就是在吓自己吗！血压一高就开始吃降血压药，而现在的降血压药，几乎都是利尿剂。你要知道，如果人体中的钾离子被带走太多的话，就会造成水肿，肾脏就发生问题。

不要随便以身试药

台湾部分药品外销到欧洲，其中有些是减肥药，很多减肥药都有利尿的功能，因为人体中水分占了70%，也就是说，60公斤的体重，水分占了42公斤。中药里，像车前子、木通、泽泻，都是利尿剂，所以那些减肥药多半含车前子、木通、泽泻，等于像脱水一样，让你体重变轻，但是会有后遗症，那就是常常导致肾脏功能发生障碍。

所以我要呼吁，千万别轻易地以身试药。连我们这些专业人士，都不太敢随便地以身试药。因为在《黄帝内经》的《五常政大论篇》里有一段话："大毒治病，十去其六。"意思是说，用毒药治病，治到六成左右就必须停下来。现在不是这样，像化疗、放疗，就是把好的、坏的一起消灭，最后的结果是同归于尽。

小方、食疗都讲对症

中药里可以生血的方，如黄芪加上当归，就这两味药而

已，补血的效果就很好。其中黄芪是补气的药，当归是伞形科植物，伞形科植物都含有精油类，都属芳香药。



对症有方

治皮肤痒的药酒

香菜也是伞形科植物，很多皮肤病的患者，服用抗组胺类药物后，常会想睡觉，很多皮肤科医生就拿激素给病人吃，吃了以后会变成满月脸、水牛背，但我用香菜泡酒，将香菜洗净后泡酒，然后擦拭在瘙痒处，香菜的精油可以和酒精一起将沉淀在皮下的废物给蒸发出来，皮肤痒自然就好了，就算是没效果也没有伤害。



养生有道

让脑袋“灵光”的食物和药物

芹菜也是伞形科植物，而且所有芳香的药、芳香的植物都通窍，肯定对脑窍都会有帮助，所以脑袋不灵光的人要多吃这类的食物，能让你通脑窍，脑窍通了，记忆力就增加，假设鼻塞了，若闻到炒辣椒的味道会打喷嚏，道理也在此。

五脏与外在器官的连结

老祖宗对人体器官不是把它视为一个独立单位，而是像政府的有机体，是一个整体。发号施令的就是君主，所以说心叫君主之官，君主就是最高的指挥系统；肝叫将军之官；脾胃叫仓廪之官，因为脾脏是统筹分派血液的，所以说脾统血，当血小板不够时，现代医学便会马上怀疑是否为脾

肿大或肝脾肿大,因为人体中血液如果太多的话,脾脏本身就会把血吃掉,它就是在统筹调配血液,如果做B超的结果发现不是肝脾肿大,那下一步骤就是做骨髓穿刺,看看是否为骨髓里有病毒,将制造出来的血液全部给破坏掉了？但是知道这些原因又有什么用呢?

其实中医的基础理论并不深奥,人体的肝、心、脾、肺、肾,与身体的外在器官都是有联系的。所以中医考虑问题都是全局性的,整体的。为了让读者对中医更有概念,在这篇《卷头语》中,我特别将人体的重要器官做一个简单的介绍。

肝:将军之官,开窍在眼

肝开窍在眼睛。现代医学很纳闷,为什么中医治疗眼睛都是从肝脏治疗?很多眼睛的病变,包括眼睛痒、眼睛红、眼睛肿、眼睛痛、见风流泪、眼睛干涩,中医常用养肝血的药,枸杞、菊花、鲍鱼,就是入肝的,吃了,功能就恢复。



肝经的时间一定要睡觉



说起来,人类的肝脏实在很可怜,从人出生开始就无怨无悔地替人做工,但是人天天伤害它,例如每天晚睡,大家知道,人的身体里有十二经络,从晚上11点到1点,也就是子时的时间,那是胆经的时间,1点到3点是丑时,是肝经的时间,在两千年前古老的中医文献《黄帝内经》里就已告诉我们:“卧则血归于肝。”当人在休息时,血液就回流到肝脏。所以当半夜1点到3点的丑时——肝经的时间——不休息的话,血液就要继续不停地燃烧,这就好像银行的存款,不存,天天提出来用,早晚有一天会变成空头。肝脏就是人体血液的银行、血液的仓库,需要随时存入,结果有很多人天天透支,所以我说人体的肝脏实在很可怜,要接受一大堆的垃圾,因为所有的污染到了人体内,第一个要应付它的就是肝脏。所以老祖宗称肝脏为将军之官,是专门为人们打仗的,任何不属于人体内的外来敌人,肝脏马上就去对付它,所

以人体有那么多的状况需要肝脏应付,但有些人还要虐待它,使得肝癌一直在全台十大癌症排行榜中名列前茅。



吃,不要自找污染

我曾经在苗栗大湖住过一阵子,当时发现很多肝癌患者都非常年轻,我想是因为这一辈年轻人吃下太多洒了农药的食物,比如说我们的稻米、蔬菜、水果等,我常常建议人们最好不要吃草莓,我自己大概也有六七年时间不吃酱油了,因为现在的酱油大概都不是酿造,是化学的、人工的,实在是很恐怖。我希望大家能基于这种理念,不要自找污染,然后懂得怎样处理自己的事务。因为"大毒治病,十去其六;小毒治病,十去其七;无毒治病,十去其八;常毒治病,十去其九;最后要靠谷、肉、果、菜,食养尽之,无使过也。"吃谷、肉、果、菜,都不要超过,所以什么事情都不要太过,例如本来可吃三碗饭,最好只吃两碗或一碗半,这样肠胃的负担会比较减轻;若大吃大喝,结果是自个儿肠胃遭殃,所以要能够了解自己的身体。

心:君主之官,开窍在舌

心开窍在舌头,这心,一方面与心脏的心有关系,一方面大部分是指大脑,现在很多舌头痛的人,主要是因为不睡觉,太累,消耗心脏,让血液不能正常地回流到心脏,心脏是负责要把血液送出去的。我看过几个舌头痛的,他们一开始找西医看,做了 CT,其中有两个病历就是不听我的劝告,做了组织切片,各位想想看,舌头破一个洞已经很难过,还要挖一块肉去做组织切片检查!有个姓刘的,40 岁,结果切片以后,不会讲话,不会吃东西,这是肯定的,破个洞,碰到冷的、热的,一定痛得要死的。

舌头痛的治疗方法

台南有个妈妈,生完宝宝后,舌头痛,痛了六个多月,到某大医院做检查,从 CT 到所有检查,都查不出所以然来,她

就到市立医院附设中医部就诊，中医实在地告诉她，从文献中很少看到这种病例，于是带着她千里迢迢到台北来。我告诉她，这理论很简单，心开窍在舌头，因而用入心的药，入心的药很多，能通脑窍的大概都会入心，川七，与人参同为五加科，所有五加科的都有强心作用，那就找一个处方，找几味能够通脑窍的，有一味药叫菖蒲，是天南星科的，肯定能够通脑窍，所以不会讲话，没有声音，中风以后意识中枢受损，记忆力完全丧失，就要用通脑窍的药。"生脉饮"，或者叫"生脉散"，含有人参、麦冬、五味子三味药，麦冬是百合科的，有强心作用，所以能"生脉"，就是表示有强心作用，脉才会表现出来，于是我用生脉饮，加蒲黄、远志。



增强记忆的妙方

考生就适合吃菖蒲、远志，保证记忆力增强。孔老夫子有个方叫"孔圣枕中丹"，其中就有菖蒲、远志，保证很灵光，每次考试前吃一瓶，高三的学生大概可以增加50分。因为它能通窍，而远志也有皂苷成分，可以把脑血管栓塞的部分融解掉。人之所以会痴呆，就是脑血管的血液循环比较缓慢，脑细胞含氧不够，所以要刺激，让脑细胞活化。现在很多人都晚睡，白天是阳，晚上是阴，晚睡就是耗阴，有形、看得到的都是阴，血液、水分、营养物质都是阴，因为不断消耗，舌头就破了。



脾胃：仓廪之官，开窍在唇

脾胃开窍在嘴唇。女性就诊时，最好不要太浓妆，这样才看得到"英雌本色"。通常嘴唇苍白，往往代表肠胃消化系统很差，几乎没有例外。没有血色，就是表示营养不能供应，才会表现为嘴唇苍白。在大拇指和腕横纹之间厚厚的地方，叫做"鱼际"，是管肠胃的，一般正常的人应该都有点血色，若呈现青青的，而且扁扁的，肠胃功能一定有问题，大便不成形，手脚冰冷。

在中医看来属于脾胃问题的实例

有个师大音乐系的小女生，主修钢琴，她肠胃不好，有一天，她的手整个僵硬，她妈妈打电话问我怎么办，因为这是肠胃有问题，就要吃些健脾胃的药。我也看过一个案例，是一位张姓金融从业人员，他的嘴唇随时都可像剥保鲜膜一样剥皮下来，体重“咻”一下就掉了 20 公斤，我告诉他你百分之百是脾胃问题，但是所有的胃镜、大肠镜等医疗检验报告都正常，他很诧异，其实这是因为脾胃开窍在嘴唇，而中医有分虚证、实证、寒证、热证，嘴唇红裂，眼睛一直长眼屎，嘴巴干，常常犯口腔炎，尿少色红，几天才解一次便，干干硬硬的，这是热证，结果他还吃羊肉炉、姜母鸭、火锅，一吃声音完全没有了，医了 8 个星期才好，所以体质是热证，就应避免燥热的食物。

另外像中坜一位赖小姐，有回一次吃了约两斤半的龙眼，导致整个淋巴腺肿起来，我的诊断是：她常长眼屎，便秘，口干舌燥，体质燥热，怎可一次吃两斤半的龙眼？总之，大家要多了解自己体质属性，如果嘴唇苍白，口水很多，冬天手脚都冰冷的，尿多色白，大便从来都不成形的，就是标准的寒证，得避免冰冷的食物，多吃温性的食物。

肺：相傅之官，开窍在鼻

肺开窍在鼻腔。《五脏生成论篇》里有一句话：“心肺有病，鼻为之不利。”台湾地区患鼻病的人口特别多，尤其是台北，湿、冷、空气污染。很多人到了中部、南部、东部气候环境较好，鼻病就好了，不像台北始终下雨，一直潮湿，鼻腔黏膜始终在充血；再加上现在的饮食文化，《内经》里说：“形寒饮冷则伤肺。”形寒就是身体受寒，所以要多注意气象预报，宁可多带一件衣服；可是现在的孩子很麻烦，下雨还不打伞，一直淋雨；淋了雨就是形寒，饮冷就是吃冷饮，喝冰镇饮料，当然是自找的。形寒饮冷替台北市制造了 46 万

气喘病的小孩。



养生有道

治疗鼻病的锻炼小方法

人体的气管有一定的口径，碰到冷，马上就收缩，道路就变得狭窄了，气体出入、交换当然就受到影响，所以气喘病人只要一吃冰冷就发作，一到秋天冬天就发作。“心肺有病，鼻为之不利。”所以治疗鼻子的毛病，肯定从强心补肺气着手。刚刚提到心包经，你就按摩它，而在手阳明大肠经上有个合谷穴，就给它同方向地搓一搓，这样可刺激它产生热能，就比较能适应外面的冷空气。很多鼻子过敏的人，如果每天能自己这样做，早上起来打喷嚏的次数就减少了，甚至过了两个月以后就不打喷嚏了，我自己都是这样做的，偏偏很多人就是要吃抗组胺类药物，吃得人懒洋洋、爱睡觉，更严重的还吃激素，实在得不偿失。

给肺加一道屏风——玉屏风散

既然肺开窍在鼻腔，又该怎样补肺气呢？就给一个屏风吧！人怕风，就给屏风，所以有个处方叫“玉屏风散”。



对症有方

玉屏风散

玉屏风散只有三味药，非常简单，第一味是黄芪，它有补肺气的作用，对肠胃系统也能够发挥作用，是豆科植物，与甘草同科；第二味是白术，是菊科植物，对人体消化系统有补脾胃的作用；第三味

对症有方

是防风，叫防风，肯定有预防风邪的作用，在人体穴位里有叫风池的，不管穴位或药物，名字里有风的，都有抗过敏的效果。防风是伞形科植物，含有精油类，对于全身的过敏，包括皮肤过敏或感冒引起的头痛等症状，都能发生作用。黄芪、白术、防风，组成玉屏风散。另外，玉屏风散可搭配肠胃药或其他处方，一起来达到预防感冒的效果。

贝母的用处

又因为肺开窍在鼻腔，当感到胸闷时，就用强心剂，或刚刚提到含有皂苷的药物如桔梗；另外还有贝母，有一种叫川贝，颗粒很小，像珍珠一样，因而也叫珠贝母，或叫川贝母——生长在四川；浙江产的就叫浙贝母，浙江省产贝母最大的地方是象山群岛，所以又叫象贝母，颗粒比较大，通常风寒外感用象贝母比较多，平常保养气管则用珠贝母比较多。平常如果鼻涕是浓稠的黄黄的，痰是黄稠的，我们可将梨的蒂切开，将心挖出，装填10到20个川贝母，盖回蒂头，放进电锅蒸，然后梨肉连贝母一起吃。梨本来是润肺的，而贝母又含皂苷，可以把痰融解掉，梨本身是属于凉性的，如此吃贝母炖梨，就可把痰化掉，浓稠的鼻涕也改善了，这样多好啊，而且纵使没有效也不会有伤害，又可以把肺叶中黏黏的东西融解掉。还可以再配合川七粉，它有强心作用，配合莲藕，专门清除血管中阻塞或沉淀的东西。

肾：开窍在耳，作强之官

肾开窍在耳，是作强之官。作强就是免疫功能的问题。现代有很多病变，实在找不到病因时就归罪于免疫系统，不管是气喘病、皮肤病像系统性红斑狼疮等都归于它，那有什么方法呢？有什么药可以医？通常补气、补血的药，都有增



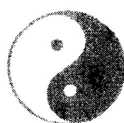
强免疫功能的效果。治疗系统性红斑狼疮，我提供莲藕，还有仙鹤草。仙鹤草有两种说法，一种认为是蔷薇科的植物，一种认为爵床科的植物，由于所有蔷薇科的植物都有收敛的作用。有一句传说："每日一粒苹果，有健胃整肠的效用。"这是肯定的，因为苹果有止泻作用。

人体脾胃属土，肝胆属木，心与小肠属火，呼吸系统属金，所以肺不能被污染，金不纯价值就受影响了。而肾脏、膀胱系统是属水，人体所有水分都是肾脏在管辖的，如果口水或鼻涕或尿液太多的话，中医在处理时一定是朝这个方向。所以肾是作强之官，可以增强免疫功能；也因此，补肾就能改善这些现代医学完全没有办法治疗的状况。

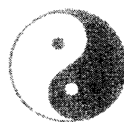
我始终强调，传统医学的理论不深奥，几乎每个人都可以通过浅显的资料内容来建立观念。如果懂得一点处方，或一些天然药材，就可以处理人体呼吸系统和消化系统的问题。如果能掌握这两个系统，在病痛很轻微时就处理好了，肯定就不会演变成比较重大的问题。

不幸真的碰上重大的病症，传统医学一样帮得上忙。在本书中，我将重大疾患分为 11 章：老化、肺部病证、皮肤病、肝胆病、脑部疾病、高血压、心脏病、精神病、糖尿病、肿瘤，以及妇科病；每章一开始，我都会先描述一个成功的医案，再详细说明各种疾患的成因与预防、治疗之道。你会发现，除了开刀手术、化学治疗之外，你还有更好的选择——中医。

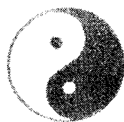
目 录



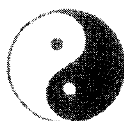
卷头语 生活处处是中医



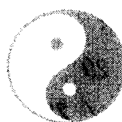
第1篇 老化问题



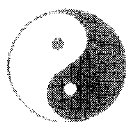
第2篇 肺部病证



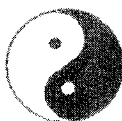
第3篇 皮肤疾患



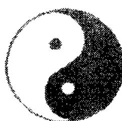
第4篇 肝胆疾病



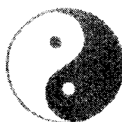
第5篇
中风与其他脑部疾病



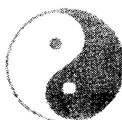
第6篇 高血压问题



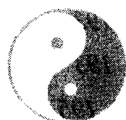
第7篇 心脏病证



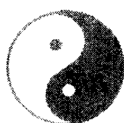
第8篇 情绪与精神疾病



第9篇 糖尿病与消渴证

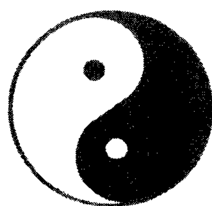


第10篇 肿瘤病及日常疗养



第11篇 妇女疾病与不孕症

第 1 篇 老化问题



• 小方治病

☞ 中药制成染发剂没有害处只有好处

☞ 吃冬葵子对便秘的人有好处

• 保养提示

☞ 95 岁老人的养生秘诀——“吃猪皮、拖地板”

☞ 古老的养生保健运动——分豆子

☞ 预防前列腺肥大要求不憋尿

☞ 年纪大的人不要不动又猛吃

☞ 排泄通畅关乎颜面和头脑

☞ 抗衰老最好从 30 岁开始

☞ 补充胶质食物对延缓衰老非常重要

☞ 要善于从食物中摄取胶质

☞ 老年人养生还要注意养心

• 医生借鉴

☞ 帕金森病可以用芍药甘草汤等

☞ 中药的补气、补血的药以及有些强心药物的处方可以用作抗衰老

☞ 还少丹或左归丸、右归丸都能够“还我少年”

☞ 前列腺肥大初期可用五苓散

☞ 调节免疫功能的选药

☞ 治呼与治吸所取脏腑不同

【医案】前列腺肥大

病历号码:82884

姓名:韩□□　　1961 年 11 月 10 日生

初诊:2003 年 7 月 30 日

主诉:前列腺炎,肛门左后阴、会阴部肿

患者 2001 年 8 月出现主诉症状,经某中医治疗,初期有效,之后复发。站立较久时,左小腹会痛。

初诊以猪苓汤加怀牛膝、车前子、冬葵子、乌药、金钱草、白茅根、石韦等治疗。猪苓汤是仲景先生伤寒方,在《伤寒论》的《阳明篇》与《少阴篇》各出现一次。一般湿盛、热盛引起前列腺炎都可以用。

怀牛膝、川牛膝都属苋科,如果用于壮筋骨用川牛膝,如果用于滋润则用怀牛膝。

车前子是车前草科,历代医家提到,车前子利水但不伤阴,泌尿系统病变常用药,也是眼科疾病很好的一味药。

冬葵子属锦葵科,性黏滑,有滑动作用。南北朝时的徐士材先生,治病十剂,即宣、通、补、泻、轻、重、滑、涩、燥、湿中,滑可去"着",着的意思就是"附着",借冬葵子滑动的功效,使前列腺获得改善。

乌药属樟科，内含丰富精油，是一种很好的行气药。

前列腺炎必然红肿热痛，难免影响到前列腺周边，所以肛门、会阴部会有肿胀灼痛感，而治疗炎症就应把握《黄帝内经》的寒证用热药，热证用寒药治则。对前列腺炎，我用白茅根，就是清热、凉血，也是很好的利尿剂，这也是正治法。石韦属蕨类，内含生物碱，对抑制病毒有很好的效果，像这一类的病症，几乎一周就缓解。

8月6日二诊告知，症状已经改善，即去冬葵子、乌药、石韦，加槟榔、泽兰、延胡索。延胡索是治疗痛证最理想的药；槟榔在药物学中提到"性如铁石"，我问过很多学生，为什么槟榔性如铁石，可惜大家读书不求甚解，所以大多瞠目以对，不知如何回答。其实铁石必然重坠，也就是不能发散，定有往下的作用，所以槟榔功在往下发展，也是很好的健胃杀虫剂。泽兰则有利水作用。

8月13日三诊，患者告知症状缓解很多，所以用药未做大幅调整，只将二诊金钱草换乌药。

何谓老年？如果按台湾公务人员退休标准的话，应该是65岁，但是劳工还有一些特殊的行业，可能只到60岁，尤其是危险性高的行业。

根据统计数据，台湾地区65岁的老年人口大约169万。依世界卫生组织的规定，65岁以上的人口占总人口7%以上的，就叫老人区域。照1995年的统计年报，台湾地区的老年人口已经占7.6%左右；到2002年，台湾的老年人口已经超过总人口的9%。这是相当可观的，这个成长是很快速的，有些地区像大陆的老年人口大概占15%以上，日本有个地方竟高达25%，也就是说四个人要奉养一个老人家。

年龄大并不就代表衰老

实际上，年龄大并不就代表身体一定衰老。我有个病患许老爹，95 岁了每天还拖地板，人家问他养生之道，他说没有什么秘诀，就是“吃猪皮、拖地板”。他的皮肤年龄只有 60 岁左右，每次他来就诊，我都会让旁人猜猜老爹多大年纪，几乎都说六十几岁，然后我才说明如果四舍五入的话，他应该 100 岁了。这是一例。



另外，早年民社党有位陈老先生，现在可能有 100 岁了，几年前在考试院闱场里，老先生是监试委员，每天到闱场来陪我们吃饭，每餐喝 3 杯龙凤酒，连拐杖都不拿，他也是吃猪皮。我当然不是在鼓吹大家吃猪皮，只是要强调，一个人的年龄大并不代表身体的僵化、老化、行动迟缓。俞大维，他在 90 岁左右时和台湾中央研究院院士数学大师陈省身聊天，都还思路清楚，直到 97 岁才辞世。俞大维有一句话我始终觉得很有意思，他说他小时候念书念不懂时，常常怀疑自己的脑袋有问题；可是到他老了还是不懂，他就怀疑是这个书有问题，这句话令我印象深刻。

所以，年纪大不代表脑袋退化，到现在我还是不承认年纪大了记性就会退步。人应该分成两个年龄，一是生理上的，一是心理上的，如果你自己认为老，肯定会加速你的老化，身心是统一的。

我有个 80 岁的病患，白天老想睡觉，这样的话确实有问题，不管年龄多大，只要是白天睡觉肯定是病态。日出而作，日入而息，白天一定要动，活着就一定要动，所以如果有人陪他闹一闹玩一玩，那是最好的；如果没有的话，古老的养生保健运动里就有一个枯燥单调，但仔细了解分析后会有其存在意义的动作。





古老的养生保健运动——分豆子

这方式就是用一斗黄豆、一斗黑豆混在一起，让老人家把黑豆黄豆分开。老人家会全神贯注的做，就没时间想病，没时间想烦恼事；再加上手的动作会反射回大脑，也会让身心维持矫健状态。

老年常见病对抗性用药效果有限

现在有愈来愈多的老人家罹患老人痴呆症，由于当年发现这现象的医师叫阿尔茨海默，所以也叫做阿尔茨海默病，病因就是大脑海马回里的阿尔茨海默氏细胞发生变异。治疗老人痴呆症现在除了开刀做脑细胞移植外，很难延缓老化现象。我想，里根要不是曾担任总统事务繁忙，可能要提早 10 年老化，所以多动脑肯定会延缓老化，倒是进行脑细胞移植成功的比率有多大，尚在未定。

除了阿尔茨海默病外，老人还容易罹患帕金森病，这几乎是老人专有的病症，可是最近发现年龄段有愈来愈下降的趋势，有人四十几岁就出现手抖脚动的情形。目前用药物控制的成效有限。

降压剂对抗的后果

我们发现有愈来愈多类似帕金森病的病患，几乎都是长期处在紧张压力之下，由于睡眠的障碍或是血压升高，长期吃镇静安眠的药或降压剂。所有的降压剂几乎都是利尿剂，人体里要把过多的钠离子排除掉，保留一些钾离子，可是降压剂里的利尿作用会把所有的微量元素都排出去，造成电解质不平衡。所以大家会发现吃降压剂，吃到最后手

就一直颤抖。

镇静剂、安眠药就能摆平吗?

有人吃镇静剂、安眠药,是想把自己摆平,但是摆得平吗? 绝对是摆不平的。最后只会发生指挥系统与手脚的运动神经不协调的现象,运动神经不听使唤,所以帕金森病的病患整天都在颤抖、神智痴呆、行动迟缓,不敢迈大步走,都踩小步子,重心不稳,因为担心摔倒,把重心集中在小腿肚,整个小腿肚于是绷得像铁块一样,最后自己都没有办法照顾自己。



现在这种病患愈来愈多,通常我会用安定大脑神经的药物,也用抗痉挛的药让他不会一直抖动,芍药甘草汤就很有用,同时用甘麦大枣汤。

当然,由于长期失眠,或因为某些因素需要长期服用镇静剂或安眠药,甚至所谓抗抑郁药物的人,本意是要安定下来,结果药物却造成意识中枢被摆平了,手脚运动神经不听使唤,大脑指挥中枢与运动神经不协调,反而愈吃愈抑郁,不吃药就抓狂,会出现非常痛苦的种种症状。所以,最好还是不要吃镇静剂、安眠药,否则很可能加速大脑细胞功能的退化。我们发现年纪大的人睡眠需求比年轻人少,只要四五个钟头就足够了,但是有些人会很在意睡眠的需求,就借助药物,这样一来产生的不良反应非常大,不得不慎。

延缓老化是21世纪医药课题

21世纪医学的3个主题

21世纪的医学有3个主题,是20世纪没能解决的:一是病毒,从1980年发现艾滋病到现在,虽然发病原因已经很清楚,可是到现在为止,始终没有一个很理想的药物或处

方可以挽救、治疗这个20世纪的黑死病。艾滋病不但迈入21世纪，而且会更加扩大。二是免疫功能的问题(下节会谈到)。第3个主题，就是老化，这可能要从传统医学中才会找到方法解决。

中医关于延缓衰老的观点和方法

人之所以会老，是因为气血已经逐渐衰减，使得脑细胞呈现不灵活状态，如果加以刺激，让脑细胞更加活泼，就可以达到延缓以及抑制老化的效果。

对症有方

抗衰老妙方

中医药里面很多补气、补血的药都有抗衰老作用，譬如黄芪、当归、人参，都是能增强气血循环的药物。可选择的处方大概都会有些强心药物，像生脉饮就常被作为抗衰老方，所含的人参、麦(门)冬、五味子这三味都有强心作用，因为心脏功能强，就能充分把血液供应到大脑；脑细胞有充分的血液滋养，脑的思考、活动就会很活泼。

另外就是从肾着眼。中医的肾不是解剖学上的肾脏，还包括最高指挥系统，也就是大脑皮质，所以从肾气丸发展出来的处方，譬如还少丹或左归丸、右归丸，都能够“还我少年”。肾功能增强的话，身体也会恢复适度活力。

白发变乌黑是有方法的

有一位先生，当年在南部某大学当教务长时，曾担任师大物理系主任。那时有个学生对传统医学相当有兴趣，参加了中医师考试，有一天，这学生碰到这位老师，老师问他：

"听说你学中医,还蛮有成就的,你看我这满头白发是不是有办法让它变黑?"其实头发白,表示血液里的黑色素逐渐消失,白色素逐渐增加,当然并不是说头发白就是老化,连小学生都有白头发,或者少年白,这往往与遗传有关系,所以要改变血液中的黑色素,像黑豆、黑芝麻、旱莲草、女贞子等药材,可以用水泡或用水煮的,如果是用煮的,煮出来整个就像墨一样,尤其旱莲草,它的汁就像墨汁,所以一般又叫墨旱莲,这些都一定会改变我们血中的黑色素。内服的话可用还少丹。



养生有道

天然无害染发剂

有些中药材也可以当染发剂,现在市售的染发剂对发质一定会有伤害,已经证实会引起皮肤癌、膀胱癌。用侧柏叶、胡桃壳、石榴皮、墨旱莲这几味药材,也可以加芝麻或黑豆熬,熬到浓浓稠稠的,就沾在扁梳上,这么抹在头发上,不但能改变发色,还能营养发质。化学制剂的洗发精和染发剂,90%会伤害发质,最好不用。

男人的老问题:前列腺

前列腺问题的自我判断

男人年纪大了往往会出现前列腺肥大,有些甚至演变成前列腺癌,症状就是一直想尿尿,但又尿不干净,会有残尿感。通常膀胱储尿储到700毫升左右会有讯息反射到大脑,大脑接到讯息后就指挥我们去尿尿。但是膀胱就像住家楼上的水塔和蓄水池一样,有两个开关:一个叫膀胱括约肌,一个叫膀胱闭肌,如果储到700毫升,就反射到楼上的

水塔,开关就自动跳起来,开始抽水。但如果一直想尿,而且始终尿不干净,这种现象大概就是前列腺肥大症状。

男性也可自我测试,如厕时如果常不能尿到便池里,尿完后总是弄得裤子湿湿的,鞋子也沾到尿,有这些现象的话,大概前列腺就已经肥大了。

前列腺肥大本是年纪大了后才会出现,但现在有发病年龄下降的现象。我曾经亲眼目睹有人尿不出来,用头去撞墙;撞破了也没用,尿不出来就是尿不出来。以现代医学处理的话,大多是动手术,通常手术刀上有麻醉药,直接把组织肥厚的部分削掉,排尿就顺畅了。

前列腺问题的解决方案



其实,未雨绸缪还是最基本的,男性在日常生活中,感觉有尿意就要去尿,绝对不要憋尿,因为吃喝拉撒睡是生理自然本能反应,吃了就拉也是很自然的现象,但是很多人就会忍,忍久了就出问题。

人一天不尿尿问题就大,前列腺肥大几乎是从忍尿来的。憋尿对男性、女性都不好,女性虽然不会前列腺肥大,但会有尿道发炎、膀胱发炎的麻烦。

彰化有位前列腺癌的病人林先生,在某大医院做了四次尿道扩张术仍不能利尿。我们用猪苓汤、桃核承气汤加车前子、冬葵子、乌药、木香,只服一次就尿了,虽然没治好他的癌症,至少也减轻了尿闭的痛苦与负担,尤其是让病患的家属不至于焦虑无奈。还有一位缪先生,前列腺癌指数高到 1000 以上,经过处理,数诊后指数就恢复正常了。

前列腺疾病近年愈来愈多,我呼吁大家不要"戒急用忍",当尿则尿,否则后患无穷。谈到这里,让我想起两则笑话:一是某杂志社的女负责人,参加有关疾病讨论后,她很紧张的告诉邻座朋友,说回台北要赶快去检查前列腺是否

有问题？其实前列腺是男性才有的。另有一位大学系主任，有天听说他老爹前列腺肥大，在医院开刀，一到病房，立即在他父亲颈部找伤口。所以说，实在有必要向社会大众推广医学的正确观念，以免被江湖术士所骗、误导而浪费时间金钱，延误治疗时机。



初期患者用五苓散

前列腺位于尿道旁，如果长期忍尿，使男子生殖器的海绵体经常处在充血状况，即会挤压到旁边的前列腺，长期下来，就会使得前列腺狭窄。不论前列腺狭窄或肥大，都会影响到排尿，特别是50岁以上的中年人，若感到排尿不顺畅，始终都有残尿感，即可能为前列腺肥大的征兆。患者如及早发现，可以用五苓散增加气化功能，因为其中的桂枝有扩张血管作用，使排尿顺畅；五苓散加人参名“春泽汤”，春泽汤中的人参则可以补气，对初期发现的前列腺肥大有极佳的治疗效果，可以免受开刀之苦。



对症有方

五 苓 散

五苓散治太阳府，泽泻白术与二苓，
温阳化气添桂枝，利便解表治水停。

五苓散为著名经方，出自东汉医家张仲景名著《伤寒论》，猪苓十八铢（去皮）9g、泽泻一两六株15g、白术十八铢9g、茯苓十八铢9g、桂枝半两6g去皮组成。具有健脾利水，通阳化气之功，兼以解表。现今临床多认为本方具有调节机体内水分平衡的作用，是公认的利水基础方剂，在临床上可用于多种疾病的治疗。

用法为上药捣为散，以白饮和服方寸匕（6g），日三服，多饮暖水，汗出愈，如法将息。

对症有方

五苓散在《伤寒论》主治太阳蓄水证,《金匮要略》主治下焦饮逆,膀胱气化不行之小便不利等病证。根据仲景原文可以看出,五苓散证是以口渴,小便不利为主证,其因太阳表邪未解,随经入腑,致使水蓄膀胱,气化不利,证属表里同病,以里之膀胱气化不利为主要病机。

可以主治蓄水证,症见小便不利,头痛微热,烦渴欲饮,甚则水入即吐,舌苔白,脉浮等;水湿内停,症见水肿,泄泻,小便不利,以及霍乱等;痰饮,可表现为脐下动悸,吐涎沫而头眩,或短气而咳。

五苓散去桂枝名“四苓散”,李东垣言:“无恶寒证,不可用桂。”本方加辰砂,名“辰砂五苓散”,也治小便不利;加苍术,名“苍术五苓散”,治寒湿;加羌活,名“元戎五苓散”,治中焦积热;加石膏、滑石、寒水石,以清六腑之热,名“桂苓甘露饮”;本方去桂枝、泽泻,名“猪苓散”.治病在膈上的呕吐;如果单用肉桂、茯苓等份,炼蜜为丸,名“桂苓丸”,治冒暑烦渴,腹胀便赤;单用泽泻、白术名“泽泻汤”,治心下支饮,常苦眩晕;单用茯苓、白术等份,名“茯苓白术汤”,治脾虚不能治水,湿盛泄泻;再加郁李仁入姜汁服,名“白茯苓汤”,治水肿;本方加川楝子,治水疝;去桂枝,加苍术、甘草、芍药、栀子、黄芩、羌活,名“二术四苓汤”,通治表里湿邪,兼清暑热;本方倍桂加黄芪如术之数,治伤暑大汗不止;本方加甘草、滑石、栀子,入食盐灯草煎,名“节庵导赤散”,治热蓄膀胱,便秘而渴;其他如中湿发黄加茵陈名“茵陈五苓散”;水结胸加木通。

五苓散结合“益元散”治诸湿淋沥;再加琥珀,名“茯苓

琥珀汤”,治小便数而欠。本方合平胃散名“胃苓汤”,一名“对金饮子”,治中暑伤湿,停饮夹食,腹痛泄泻,口渴便秘。本方合黄连香薷饮名“香薷饮”,治伤暑泄泻。合小柴胡汤名“柴苓汤”,治发热泄泻口渴,疟疾热多寒少,口燥心烦。对现代人而言,五苓散加生姜大枣煎,还可以治发白及秃落。

较严重时配肾气丸

如果前列腺病症的情况比较严重时,就必须配合服用“肾气丸”或“济生肾气丸”治疗。



对症有方

肾 气 丸

金匮肾气治肾虚,熟地淮药及山萸。
丹皮苓泽加桂附,引火归原热下趋。

本方来源于《金匮要略》,为补肾助阳之方。由干地黄八两240g,薯蓣(即山药)、山茱萸各四两各120g,泽泻、茯苓、牡丹皮各三两各90g,桂枝、附子(炮)各一两各30g组成。上诸药共为细末,炼蜜和丸,如梧桐子大,酒下十五丸(6g),日再服。主治肾阳不足证。腰痛脚软,身半以下常有冷感,少腹拘急,小便不利,或小便反多,入夜尤甚,阳痿早泄,舌淡而胖,脉虚弱,尺部沉细,以及痰饮,水肿,消渴,脚气,转胞等。若咽干口燥、舌红少苔属肾阴不足,虚火上炎者,不宜应用。此外,肾阳虚而小便正常者,为纯虚无邪,不宜使用本方。

肾气丸会变化出一些处方,对于老化现象,中医没有选择余地,一定要用肾气丸或其衍生的处方。肾气丸加车前子、怀牛膝就叫济生肾气丸,可以加强利尿的效果;同时可以加冬葵子。



冬 葵 子

冬葵子本身有滑动的作用,超级市场就可以买到,像牛角一样,绿绿短短的,上面有一层毛绒绒的感觉,把蒂头洗干净,切掉,在开水里烫个3分钟就够了。夹起来沾一些佐料吃,黏黏的、滑滑的,含有胶质,如果煮上5分钟以后它就会牵丝,便秘的人吃这种东西最好。

年纪大的人肠子无力,会有大便困难的现象,加一点冬葵子、木香、乌药,木香能行气,增加推动的力量,也是很好的止痛药,属菊科植物;乌药属樟科植物,也能增加气化的力量。



有人喜欢一边看电视,一边吃饼干零食,坐着不动又猛吃,愈吃就愈胖,愈胖就愈不想动,年纪大的人也容易有这种情况,因为老年人的饥饿中枢——也就是饱食中枢——会回到像婴儿期一样,小 baby 只要你奶瓶随时塞,他就随时吃,对饿和饱的感觉很模糊,年纪大也会出现这种现象。所以家有老者,冰箱里就尽量少摆可随时吃的东西,否则这些老先生老太太没事就一直吃,吃了就变痴肥,对健康而言非常不好。

尿频现象

排尿与肠道,甚至大脑、颜面都有关系

年纪大的人也尿频,有人一个晚上起来8次,也有人几乎每个小时都要起来。其实,人体水分不走小便道就走大便道,不走大便道就一定走毛细孔蒸发掉。所以尿尿愈多,相对地肠管的水分就减少,肠管水分减少,代谢废物就愈干

燥。人体的肠子每分钟蠕动两次,会把肠腔水分吸收掉,肠管愈干大便就愈解不出来,十几天二十几天不大便的都大有人在,这样的情况有人不在意,有人很在意。3天以上不大便,才称为习惯性便秘。

记忆力衰退的现象,往往与排泄不正常有关系。因为体内毒物排泄不正常就跑到大脑来,大脑不正常就影响记忆。很多年轻人满脸痘痘,也是因为毒素排不出去,就找有孔道的地方发展。人体的孔道下面两个,头上7个,想当然耳,排毒素一定比较容易往上发展,年纪大的人就因而记忆力衰退。



理论上脑细胞会再生,做脑细胞移植就和种草皮一样,这里种一块,那里种一块,它慢慢就会长,细胞就再生。很多的车祸或中风,昏迷了3年、5年、10年,有一天竟然就醒过来了,宗教界说是神的力量,医学界说是奇迹,我认为其实就是自己的求生意念让脑细胞生长了。

尿频有什么办法处理呢?

尿尿次数频繁很困扰,中医怎么治?中医了不起的地方就是不同的疾病用相同的处方治疗,这在老祖宗的文献里称"异病同治"。所以,尿频症还是用肾气丸(见13页)。

因为尿频就是由于肾气衰。命门就像火的燃烧一样,柴火如果不够水就不会开,水不开就没有蒸汽,没有蒸汽就排不出去;反之,燃烧够就蒸发掉,相对的排尿量就会减少。肾气丸里面的两味药会增加能量燃烧的作用,第一味是附子,是大热的药,第二味是肉桂。

尿尿太多用肾气丸,一方面是异病同治,一方面叫双向作用,尿太多叫"太过",太过就是实证;尿尿太少就是虚证。太过也好,不及也好,都用这个方子调节到不要太多也不要太少的中庸地步,生理功能就恢复正常,这就是双向作用。

免疫功能问题

老祖宗讲过“肾是作强之官”,就是现代医学所称的免疫功能,如果免疫功能有低下的,就要想办法增强。补气补血的药物就能增强免疫功能,所以人参、黄芪、当归、党参、山药都能增强免疫功能。免疫功能太高,当然就要抑制,我们选择苦寒的药,大黄、黄芩、黄连、黄柏这一类药,就有抑制免疫功能的效果。

总之,面对免疫功能问题,低下的相对就要增加,亢进的相对就要抑制,用药方向上完全不同。但西药没有这类药物,也因为如此,很多西医找不出病因的疾病,就归咎在免疫功能出问题。其实,很多人年纪大了容易呼吸急促、气管衰弱、痰多,会出现气喘,但是至今,西医在气喘方面的药,不是气管扩张剂就是激素,包括喷剂里都有激素的成分,很难根治。

中医来看的话,呼和吸是分属不同系统的:呼与心肺有关,吸与肝肾有关。呼吸就是吐纳,所以吐气与心肺有关,纳气与肝肾有关。吐气发生问题,就从强壮心脏与补充肺气着手,吸不进来,就用补肾强肝的药物。既然肾是管纳气的,很多气喘病患,我就用肾气丸加生脉饮、柏子仁,尤其是早年抽烟抽得很厉害的,上了年纪以后都会引起肺气肿,肺气肿会造成呼吸障碍,治疗肺气肿就要考虑用小青龙汤加减,或用越婢加半夏汤治疗。通过传统中医治疗老人的气喘或肺气肿引起的呼吸障碍,确实有很好的效果。

骨质疏松不论男女

人每天都不断地在流失骨质营养,尤其是女性,必然遭受生理周期困扰,会流失更多磷、钙、钾、钠等微量元素,容

易导致骨质密度疏松。其实骨质疏松问题不论男性女性几乎无一幸免,只是男性的比例少一点。

1982 年左右,台湾某医学机构做过一个研究,曾经在一个上午有 7 个不同年龄段的女性,检验骨质密度,年龄最高的七十几岁,最年轻的三十几岁,结果发现她们全部有骨质疏松现象。我们可以想像:人体上身的重量需要骨架支撑,当骨质密度疏松后造成压迫,就会出现这里酸、那里痛的反应。每个人对痛的耐受力不同,很多人一点点痛就受不了,要吃止痛药,但是吃止痛药可能会引发如肝衰竭等问题,也会破坏粒细胞,严重的话会造成血癌。

总之,吃止痛药、退热药、消炎药,都必须付出代价,代价有多惨痛因人而异,耐力强的人熬过骨质疏松化的不适,但骨架也已经没有办法承载整个重量,就自然而然形成弯曲的现象。以前的人很多都驼背,古代医学不很进步,认为年老弯腰驼背是自然发展,事实上不然。所以最好在 30 岁开始,就能随时补充流失掉的养分,这样到了八九十岁,腰杆子都还是直的。



该怎么处理?现代医学提倡要多喝牛奶,要补充磷、钙,但是很多人不能喝牛奶,一喝就拉肚子,一喝就皮肤过敏。喝牛奶有过敏之虞,补充磷、钙会有变成高钙血症的危险,高血钙会造成结石几率升高,现在每一家规模比较大的医院都有碎石的机器,一发现结石就抓来碎石,因为要赶紧回收成本,所以不管你能不能承受,他都这样做。我记得一位某大医院肾脏科的黄主任,曾经很有良心道德且语重心长地讲了一句话:“15 年前做碎石的局部组织,15 年后还没有复原!”这些话媒体是听不到的。

就我的观点来看,营养不能只是补充磷、钙,这些年来我一直在推广补充胶质食物,这是非常重要的,可以这样形容:一栋大楼只有钢筋、石头、泥沙,没有水泥的话能不能盖起来?不可能!一定要这几项东西混合起来大楼才会坚



固，不怕台风不怕地震，所以我提倡补充胶质食物，因为这些食物中就含有磷、钙，不需要再另行摄取。

这方面我自己有很深感受。前几年我有过 20 次的大失血，记得有一次 3 月 9 日，我回乡下扫墓，中午在湖口吃饭，第一道菜是溪虾，一般溪虾都小小的，连壳一起咬，吞进去后就造成出血，我没理它。不过出血次数累积到 20 次，我想这事态严重，不理会不行了，就自己配了药，药还没吃血就止了，一直到现在都没事。我还发现自己牙齿会摇摇晃晃的，结果吃了猪耳朵后，就都改善了，到现在为止，只有在咬芭乐时崩掉一块。总而言之，就是要多吃胶质食物。



从食物中摄取胶质

胶质食物分动物性与植物性两类，动物性胶质有人一谈到就怕，但是不少老人的保健秘诀就是吃猪皮。一说到吃猪皮，100 个人大概有 99 个会嚷嚷："那不是胆固醇很高吗？"胆固醇其实是维持生命很重要的元素，问题是太高了就不好，所以人需要运动，运动就会把胆固醇燃烧掉。

猪皮之外，海参也可以，海参不含胆固醇，干贝、鲍鱼也可以，就看怎样烹调。可以熬稀饭，熬稀饭时多加些大蒜进去，它能把胆固醇溶解掉，又能去腥味，起锅时撒一些芹菜、香菜、胡椒粉就更香了；干贝也可以如法炮制，干贝不容易咬烂，因为它有弹性，这就含有很多胶质，不过最便宜的还是猪皮。

植物性胶质食物则有黑木耳、白木耳、海带、莲藕、发菜、红凤菜、川七、地瓜叶、冬葵子，只要掌握一个原则，就是不管动物或植物，只要是黏黏、脆脆、滑滑的就有胶质。以黑木耳而言，胃出血的人有时候吃一次就好了。最好不要买市场泡的，而是买干品，洗干净后泡水，大概要泡个一两天，泡软以后加姜丝，因为姜丝有杀菌解毒作用，如果不加

姜,也可以用小火熬,熬到像胶一样再吃,对于胃出血、胃溃疡等,都有修护作用。

胶质就像油漆,有修护作用,它能修护胃,当然耳膜、心脏瓣膜有破损也可以通过这些食物成分修护。药物中修护功能最好的是白及,两千年前的画家用白及磨朱砂,两千年后出土时,颜色完美如初,用白及磨朱砂涂在画布上,泡在水里都不会褪色,你就可以想像它的黏着性有多强。有人室中隔缺损2.5公分,慢慢吃慢慢吃就修补回去了。药物里另有阿胶、虎骨胶,不过虎骨现在不能用了。总之,要有耐心,定期地从食物中摄取。

我所谓的胶质食物,不管是动物性、植物性,都很实用,费用也不高。所以很纳闷人为何一定要吃燕窝?燕窝很贵,有的一斤要台币三四万元,白木耳一斤才要台币100多元,效果差不多。白木耳泡软一点,熬烂一点,呼噜就吞下去了,还可以加红枣、莲子炖,对肺功能差的人尤其有用,因为它对于肺叶、支气管有修护作用。从1983年到现在,台湾女性死亡原因第一名都是肺癌,多吃白木耳、百合、薏仁,对呼吸系统有很好的作用。

还有百合,属百合科植物的全都有修护作用,麦冬、天冬、知母都是百合科,触感黏黏的,又有皂苷成分,能把阻塞在肺叶或气管里的黏膜分泌物像肥皂把衣服的油垢清除掉一样,清除掉后呼吸就顺畅,肺叶的气体交换正常的话,就不容易生病。

不过,这些食物一定要经常且有耐心的食用,才能奏效,绝对不是吃一次就好了;尤其是肿瘤,要说一次两次就好,那是骗人的,做化疗头发就掉光,做放疗组织都破坏掉。持之以恒,已经被破坏的组织会慢慢恢复,因为人体本身各部功能都有再生的能力。

养身养心都重要

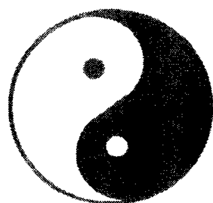
从生理探讨老年人的几个重要病症，其实还有很多，像高血压、心脏病、糖尿病、老花眼等，需要另外探讨。老年人在养身的同时也要养心，有一句话说："少年戒之在斗，中年戒之在色，老年戒之在得。"这个"得"包括所有的东西，所以不管是名、是利都该戒，甚至包括吃。

很多人年纪到了还不愿意吃得清淡些，我有一个长辈，刚开放出去观光时他就去日本，日本饮食很清淡，天天吃乌龙面，茄子也是半生不熟的，豆芽是短短的，就这样玩了八九天回来后，简直整个肠胃的脂肪都被刮得一干二净；一回来第一餐吃掉一个蹄膀、一锅绿豆汤、一锅的面，还意犹未尽，这样其实很不好。我觉得他的脑血管、心脏血管一定有问题，因为年纪大的人缺乏运动，就会造成脂肪沉淀。



所以，老年人要养心，不要有贪念，年纪大了去学学画、打打太极拳、演演戏、下下象棋，都比较好，我一直在想，60花甲迈入老人国，应该找个没有人的地方，种点菜、养些鸡来过日子。

第2篇 肺部病证



• 小方治病

☞ “白虎青龙汤”——白萝卜煮橄榄——对外感病有效

• 保养提示

☞ 百合当菜调养肺

☞ 哮喘忌吃冰、橘子、萝卜等

☞ 有哮喘毛病的人日常可多食用杏仁、贝母、百合

• 医生借鉴

☞ 人类血管的清道夫——莲藕

☞ 治疗 SARS 的思路

【医案】气胸

病历号码:15822

姓名:徐□□　　1978 年 12 月 6 日生

初诊:1998 年 4 月 2 日

主诉:气胸,气喘,肺有水泡,胫腓骨骨折

初诊以小柴胡汤、苓桂术甘汤、枳壳、桔梗、郁金、丹参治疗。小柴胡汤在《伤寒论》中的《少阳篇》有:胸胁苦满,意思是指胸腔心肺功能问题,导致呼吸困难与不利而造成急促。临床上,感冒最容易引起气胸;心脏如果有病变也会引起;针灸也会出现,尤其对太阳膀胱经的腧穴针灸时,容易引起气胸。因为背部穴位薄如冰,腹部穴位深似海,即是说脐下刺深一点没问题,但背部腧穴就容易引起气胸。故背部腧穴用针时要斜针或卧针,只要穿过皮下即有针感。

小柴胡汤在《伤寒论》中能治胸胁苦满,是因为药物功效能疏通三焦,促进人体淋巴组织回流。胸腔内有心脏、肺脏,所以《金匮》的《痰饮篇》中提到:心肺之阳有碍,苓桂术甘汤主之,即心肺问题可寻求苓桂术甘汤治疗。气胸是与心肺有关,加桔梗、枳壳,是因为张洁古先生在《药性赋》中推崇桔梗、枳实,心肺之阳有碍,可借桔梗、枳壳开

胸利膈，膈即横膈膜。郁金强心可开郁、解郁，丹参可以强心并且活血化瘀。

二诊时，徐先生告知症状明显改善，因为患者有“胫腓骨骨折”，所以将郁金、丹参换当归、川芎，保留小柴胡汤、苓桂术甘汤主方架构。当归川芎称佛手散，也称开骨散，是我对血液循环不良造成的疾病常用方，以它做基础，包括车祸或其他意外伤害，先用佛手散促进血液循环，这里用佛手散是治疗“胫腓骨骨折”。

三诊时告知气胸已经完全改善，不过因为肺水泡引发的气喘仍发作，所以本诊去当归、川芎，加鱼腥草、冬瓜子。冬瓜子既可消炎，又排脓、利水。在仲景《金匮要略》有大黄牡丹皮汤，是治疗肠痈的，内有冬瓜子，就是借其排脓利水。唐朝孙思邈的千金苇茎汤治疗肺痈，也是用冬瓜子消炎排脓利水。

我们有句成语“无独有偶”，事隔多年，徐先生的弟弟也罹患气胸，由他妈妈陪同来诊，不过已先在某大医院开过两次刀。我说既然您大儿子在此就诊不必开刀就治好，为何您二儿子不但开刀，还开了两次刀。老妈妈说：“因为他在军中。”等开完刀才知道是气胸，要不然，用简单处方药就可以治愈。

我看过很多气胸病例，一位赵小弟弟也在医院开过3次刀，姑且不论开刀的成败效果，但总是耗费医疗资源，以上这位徐先生患者看两诊，健保自付额含诊察费不到台币千元，其医疗价钱悬殊可想而知。之后，我们也用同样模式治疗，多能改善，可见仲景方的疗效。

论到肺，如果是实证、热证，就用麻杏甘石汤；虚证、寒证的话，《伤寒论》里有小青龙汤，现在很多肺腺癌、肺肿

瘤，有时候就用清燥救肺汤。清燥救肺汤这个方的作者是明朝的喻昌，又名嘉言先生，这方子他是根据《伤寒论》里面的炙甘草汤变化出来的，专门滋阴养阴。滋阴当然不一定要用在呼吸系统，但是它有阿胶等养肺阴的药，所以很多的肺腺癌，用清燥救肺汤就搞定了。



清燥救肺汤

清燥救肺参草杷，石膏胶杏麦胡麻。
经霜收下冬桑叶，清燥润肺效可夸。

载于《医门法律》，为清燥润肺之名方。由桑叶12g、石膏8g、胡麻仁4g、阿胶（烊化）8g、人参5g、麦冬8g、枇杷叶8g、生甘草3g组成。上药以水一碗，煎六分，频频二三次滚热服。功能清燥润肺。主治外感燥火伤肺，症见身发寒热，喘促气逆，咳嗽不止，咳痰带血，甚则引动胃气，呕吐痰涎，脉躁疾。适用于燥热伤肺之干咳无痰或少痰、气促胸痛、口燥咽干，舌干红少苔者。以身热，干咳少痰，气逆而喘，舌红少苔，脉虚大而数为证治要点。

莲藕汁修身补体

某医院院长助理黄小姐的父亲，曾经在台湾担任过两个地方的税捐处处长，八十几岁得肺癌，这家医院没办法治疗，我用麻杏甘石汤治疗，同时请家人勤快些，每天打莲藕汁给他喝，因为藕粉有修补作用，体内有破损的它能够修补，有阻塞的它能够清除沉淀物。黄老先生吃着吃着，竟然发现长出新的组织。



莲藕在肺叶可以有修补有清除废物的作用，所以我称

它叫做人类血管的清道夫,又称它叫做人类血管的通乐。把心脏血管的阻塞沉淀物清除掉后,也可以把大脑阻塞的部分打通。大脑血管有很多系统,有一位老太太中风以后,有一只耳朵听不见了,我建议她每天勤快打莲藕汁喝,喝着喝着,一只听觉没有的耳朵竟然听得到了,而且比原来听得到的那只耳朵听力还要好。

我本身也是莲藕的受惠者。有一年我太太去黄山旅游,我到中医药学院去上课,上完课以后,系主任拿了口含片给我,那个口含片的口感就是凉凉的,不过其中所含的精油会挥发,会把口腔、咽喉部分的水分挥发掉,所以我一吃喉咙马上就紧缩,声音出不来,我才上了两节课,接下来还有两节,倍感吃力,而且中午我又喝了酒,还唱卡拉 OK,最后回到家,声音没了,胸口很不舒服,咳着咳着就咳出血块来。连续咳了好几天,家人很忧心,还建议我是不是要请太太提早回家,我说不用。那时候,有个学生连续打了 5 杯莲藕汁给我喝,我没有吃药,血就止住了!平常多喝莲藕汁,对肺功能、肺组织都会有很大的帮助。

另外,我们也用百合、贝母,尤其是川贝母调养肺部。百合可以当菜,百合炒虾仁、百合炒芦笋,尤其百合炒山药,两者都黏黏的,都有修补作用。

怎样对付哮喘?

气喘就是哮喘。但是哮和喘基本上定义并不相同,哮有声音,所以以声音命名,喘则是以呼吸次数命名。哮症是指当情绪太过兴奋或紧张时就会发生声音,不过哮、喘通常都会同时出现,并且有冷热、虚实之分。

治疗哮喘病时要分别对待

热喘的症状为呼吸急促,有痰,鼻涕呈黄浓稠黏状,胸

口闷，呼吸提不上来，大便干硬，且比较干燥，嘴唇泛红等。寒喘则是嘴唇苍白，痰和鼻涕稀白呈泡沫状，像蛋白一样，大便稀稀溏溏的、手脚冰冷、呼吸急促、胸口闷等。热喘必须用凉性药物如麻杏甘石汤，寒喘则服用温热性药物如小青龙汤。

前台大医学院院长谢贵雄先生，曾经进行过“过敏气喘临床研究计划”，邀请中、西医师合作，结果依照辨证筛选了三个处方：肾虚型用六味地黄汤，脾虚型用参苓白术散，脾虚兼肾虚型用四君子汤加五味子、补骨脂。经过一年观察研究，发现有效率在80%以上，也可以证明传统医学对气喘确实有功效。

哮喘病要自我节制

每年一到秋冬，天气骤寒或气候变化太大，都容易引发气喘。台湾的空气品质恶劣，到处都是灰尘，还有很多抽烟人口，也是气喘病多的原因。除了应请正规医师诊断外，饮食上绝对要自我节制，否则治疗效果也会受到影响。

哮喘病人食疗方

养生有道

哮喘通常都发生在过敏体质的人身上，发病原因与饮食、气候和空气有关，因此饮食上忌吃冰、橘子和萝卜、白菜，否则有时会立刻明显发作。

我建议有气喘毛病的人，日常多食用杏仁、贝母、百合以化痰，尤其杏仁还有降气、解除气管痉挛、镇静的效果。无论是三者一起熬煮来吃，或者磨粉泡茶，都可以改善肺功能。



抗"SARS"有方

两千年前《黄帝内经》里就谈过瘟疫，《伤寒论》整部书也在谈热性病，SARS（"非典"）是什么？就是急性热性的发热病变，最后会并发肺炎等问题。麻杏甘石汤就是专门治疗这些病变的，可以再加牛蒡、桔梗、元（玄）参。如果是治疗肺炎也可以再加桑白皮、鱼腥草。

SARS 的治疗思路



对于 SARS，我的处方是以甘草解毒汤（黑豆甘草解毒汤）作基础，用甘草、黑豆、金银花作基础，加连翘，连翘是中药材里面最理想的天然抗生素；再加上鱼腥草，鱼腥草本身就是对抗细菌病毒非常好的一味药。如果有发热就加元参，喉咙痛加牛蒡、桔梗。

这个方可说是面面俱到，不管是寒性、热性、虚证、实证的体质，全部都可以用，都可以适应。

对症有方

甘草解毒汤

在清代施澹宁等的《盘珠集胎产症治》中，生甘草、黑豆、竹叶煎服名三物解毒汤。今人有"绿豆甘草解毒汤"，由绿豆 120g，甘草 15～30g，丹参 30g，连翘 30g，白茅根 30g，石斛 30g，大黄 15～30g 等组成。上药急煎汤，多量频服。功能解毒益阴，兼顾心肾。主治多种食物或药物中毒后，见发热，口干舌燥，心烦呕吐，甚至神志恍惚，小便混浊等症。

有些媒体报导是以玉屏风散为基础，有时候还加上苍

术。玉屏风散里有白术,又加苍术,用意何在?作用在肠胃。其实平胃散就有用到苍术,因为SARS有时会并发肠胃性病变,像拉肚子或肠胃不适,如果引发肠胃性的病变,像肠病毒一样,那《伤寒论》里的葛根黄芩黄连汤,有时候一包药,问题就解决了。

白萝卜是板蓝根的亲戚

不管是SARS或其他病症,中医最重要的就是辨证论治:阴阳表里、寒热虚实。关于SARS,媒体最早披露出来的就是用板蓝根、白醋。为什么要吃板蓝根?板蓝根与白萝卜同科,生萝卜洗干净直接啃,会有点辣辣的口感,因为成分中的辣素有杀菌作用,这又是从哪里可资证明?第一,吃生鱼片时,一定会用生萝卜丝和着生鱼片,在早期,沾生鱼片是用芥末,现在不是用芥末,而用山葵,山葵、萝卜、板蓝根都是同科。第二,吃乌鱼子时,除了蒜苗外,一定会用白萝卜,光以蒜苗夹着乌鱼子吃时,蒜的味道很重,可是顺便夹一块白萝卜的话,那味道口感就不一样,这也是借助萝卜的杀菌作用。

白虎青龙汤,白萝卜煮橄榄

SARS是一种冠状病毒变种造成的疾病,到目前为止,还无法确定其性质,医师现在找的药材不外乎是清热解毒、杀菌,所以没必要非吃板蓝根,一条萝卜顶多台币十几块钱,再到药店买几颗咸橄榄,咸橄榄腌过前是青色的,中医称为青龙汤,白萝卜就叫做白虎汤,这二味药加起来就叫做白虎青龙汤,对SARS就很有效了。只要直接煮,不需加任何佐料,因为咸橄榄咸咸的,和萝卜一起煮,煮到萝卜炖烂了,一方面吃萝卜,一方面喝汤,最后也把咸橄榄吃完,咸橄榄稍煮就会很咸,所以用量不必多,3到5粒就可以,白萝卜则视大小而定。



白虎青龙汤还可以治因感冒引起的发热与喉咙痛、鼻塞、过敏。白萝卜除了辣素可通鼻窍以外,同时也能解毒,能够退热,对由外感所引起的喉咙痛反应效果更是好。不管是SARS或一般肺炎,基本上在肺的疾病或杀菌上面都可用。

还有杏仁,麻杏甘石汤中,杏仁是很重要的材料,没有杏仁的话,它不能止咳、化痰、降逆、镇静。也有人提倡吃山药,这是从免疫系统的角度着眼,要借以增强免疫功能。

有很多方法,我都觉得是人云亦云。我提出的,一定引经据典,出处和作用都有根据,对于引发肠胃疾病的肠病毒,葛根芩连汤一包就搞定了;引发肺炎、急性肺炎,麻杏甘石汤一吃就好,热也退了。这些药基本上都安全,即使不是SARS,也可以饮用,起码有预防作用。SARS有时候兼有肠胃症状,会出现呕吐,我就加芦苇根,必要时我们会加竹茹治疗。

连翘是最好的天然解热剂

连翘为何对SARS有疗效?因为连翘是最好的天然抗生素,而且本身就是抗病毒的药。清末吴瑭,又叫吴鞠通,写了一本《温病条辨》。《难经》里面提到:伤寒有五,其中就有温病。温病也叫急性热性传染病。温病条辨方,开宗明义说治疗急性热性传染病的一个很有名的方叫做银翘散:银就是金银花,翘就是连翘。银翘散里有金银花、连翘、甘草、芦苇根。所以SARS期间很多中医或报导,竟然不提银翘散而提玉屏风散,真是很严重的错误。

槟榔也能抗SARS

槟榔也可以对付SARS,《本草纲目》里很早就提到,槟榔有抗"煞"效果,因为槟榔可解山岚瘴气,当然也包括SARS这种病毒。我们老早就提过槟榔是很好的健胃剂,也

是非常好的杀虫剂。曾有一个男孩患者，经过检查确定有蛔虫，我就在处方里面加了一味槟榔，结果第二天就屙出一条蛔虫来。槟榔里面有一节绿色的藤子，吃了会全身冒汗，会心跳加速，冬天吃了会有御寒效果，人家叫做荜茇；在南部像南投、云林一带荜茇种在田里面，用竹竿搭架子让它爬到上面去，它结的长长的果实，采收以后就切一片一片的放在槟榔里；槟榔的石灰很多都是独门秘方，有的甚至加激素，吃了以后人就精神百倍，每天睡眠时间只要两个小时就够了，这是因为激素有兴奋作用，这也是很多吃了这一摊的槟榔后，吃另一摊就觉得没有味道，一定会回去买原来那一摊的槟榔的原因之一。

SARS 同时会伴随着肺积水，则用葶苈大枣泻肺汤来治，葶苈子是十字花科的植物，可以泻肺水，但是葶苈子作用比较强烈，所以加大枣来辅佐驾驭。

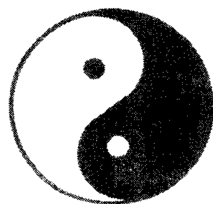
中医西医大不同

其实，把病治好是医师的天职，但是如果因为治病反而把病患的身体搞坏了，算哪门子医学？西医对 SARS 束手无策，但中医辨证论治，可说面面俱到。如果你有肺积水，就用葶苈大枣泻肺汤；但心、肺是在一起的，所以心内膜也会积水，心脏积水的话，就用木防己汤，不仅可以治疗心脏积水，也可以治疗心脏瓣膜的闭锁不全，不管二尖瓣、三尖瓣、房室瓣都可，它还可以治疗室中隔缺损；一般肺与大肠相调理，很多呼吸系统的症状，最后会出现肠胃性病变，包括肚子胀气等，如果腹胀的话，就以平胃散做基础，加一点大腹皮、神曲、香附等行气的药，吃了以后大便就会顺畅；或用柏子仁、紫菀等，吃了排便就正常。

SARS 患者病危时，西医常常就进行插管，其实是很遗憾的。早年有位唐姓法官，他在两家医院前后看了大概有

一年多，到最后没办法，只好气管切开才能供给氧气，待在医院四楼外科的加护病房只能用吸痰器，机器 24 小时运转，抽出来的痰黄黄浓浓、稠稠黏黏的。我给他吃了大约 3 天的麻杏甘石汤，抽出来的痰就和清水一样，痰全部化掉，慢慢人就苏醒过来，后来移到普通病房，情况也恢复得不错。只是后来不知道为什么，院方又要插管，要做检查！这管一插就出血，一出血就感染，感染了以后就这样走了！

第3篇
皮肤疾患



• 小方治病

☞ 治疗"富贵手"的小方法

☞ 香菜酒

☞ 韭菜水

☞ 巧用苦瓜治痱子

• 保养提示

☞ 小朋友出麻疹、水痘需要严格管理

☞ 错吃药非常不好

• 医生借鉴

☞ 猪苓汤治血尿,加味逍遥散治狼疮

☞ 猪苓汤解析

☞ 治疗皮肤病很实用的方子

☞ 当归四逆汤治身痒脚胀

【医案】皮肤病

病历号码:73447

姓名:邱□□　　1966年10月5日生

初诊:2002年1月13日

主诉:异位性皮肤炎,对花粉过敏,目痒,泪涕同流

患者自小皮肤炎、花粉热,花开季节即出现主诉症状,且看了三十多年医生未见改善,借从美国回台探眷抽空就诊。

初诊以加味逍遥散、玉女煎加元参、木贼、连翘、桑白皮。木贼草可治白内障,更是很好的抗过敏药,连翘也是很好的天然抗生素。一般皮肤炎是红肿热痛痒时,可用元参补水泻火,用桑白皮泻肺,因为皮肤毛细孔都是与肺呼吸系统相应,服药后眼痒现象缓解。但患者可能是个性比较紧张,所以1月23日二诊将木贼草换钩藤,钩藤除抗痉挛外,对手臂不自主抖动也有疗效。

患者是花开季节而有花粉热,紧张过敏无可厚非,可是竟有人看到人造花也过敏,发生花粉热,当然他事先不知道是人造塑胶花,可见是心理因素所造成。

患者每周准时来诊,1月30日前都坚守原

方，2 月 6 日只在原方将钩藤换决明子，因为决明子也是眼科药，对眼睛病变有很好疗效。三十多年宿疾，经过六次治疗，回美国之前就痊愈了。

过敏原有很多种，有人对漆树过敏，只要走过漆树林，头就肿起来，很多人进入新盖或整修的房子，因为房子刚油漆过，回来后全身皮肤就发痒，很多的皮肤病变就这样来的。

皮肤每一分每一秒都在呼吸，皮肤也是呼吸系统的单位，天气热时，它就会打开充分散热；天气冷时，它就会收缩，减少体温发散，维持体温恒定。所以皮肤是调节体温的系统，同时也是代谢废物的系统，体内废物透过毛细孔带出体外。

系统性红斑狼疮

一般人都有个观念，认为大小便才是排泄废物，其实从大小便所带出的废物只占所有废物的 40% 左右，假定一天排 1 公斤的废物，大概只有 400 克是从大小便排出来的，有 600 克是从汗腺毛细孔排泄出来。或许大家会发现，一旦感受风邪、寒邪，毛细孔一定会收缩，就会影响废物的代谢，会沉淀在皮下，干扰皮下组织，造成痒的感觉，因为滤过性病毒会破坏组织，影响血液。像系统性红斑狼疮就是这样形成的，没有感冒时就相安无事，一感冒就会破坏血液，在颧骨的地方就会出现蝴蝶斑。

系统性红斑狼疮很麻烦

一般系统性红斑狼疮，不但在颧骨会出现蝴蝶斑，在咽喉部位会出现疼痛，在关节上也会疼痛、变形，在皮肤上出现像芝麻点者称“痧”或“痦”，不过属于气分病。所有皮肤病中，最棘手、最不好处理的、医学公认没办法治疗的，就是系统性红斑狼疮。

事实上，系统性红斑狼疮也是皮肤病的一种，属于血液病变，病症的原因第一个就是外感诱因，第二个就是饮食。治疗系统性红斑狼疮，目前西医只给激素，没有第二种药，用量之大，令你瞠目结舌。北投有个女生，国中毕业因为罹患系统性红斑狼疮，开始吃药，最多的时候吃了28颗药，吃到脸整个肿起来，全身肥胖，甚至长毛，精神好得不得了，每天只需要睡两个钟头，食欲奇佳。

这样一路吃激素下来，会破坏骨质，使骨质提早疏松，再加上身体重量的压迫，当然会这里痛那里痛，而且所有止痛药都没效，后来她又回头吃激素。恶性循环的结果，28岁那年髋骨关节就开始坏死，换了髋骨关节，髋骨关节能换几次？台湾银行有个黄小姐，前后换了3次，四十几岁就结束生命。

对付系统性红斑狼疮

有位曾小姐，不但尿血而且罹患系统性红斑狼疮。就诊时我先以猪苓汤治疗血尿，加味逍遥散治疗狼疮，另加仙鹤草、白茅根、金钱草、藕节、石韦、连翘。猪苓汤出自仲景先生《伤寒论·阳明篇》，《少阴篇》也出现过，临床辨证上仲景先生告之，血结膀胱用桃核承气汤，热结膀胱用猪苓汤，水结膀胱用五苓散，冷结膀胱用当归四逆汤。冷结膀胱就是小便白，水结膀胱是尿液贮存膀胱小腹有胀，热结膀胱则小便频繁但量少有色尿痛，血结则小腹胀痛尿痛尿血且口腔灼热。





对症有方

桃核承气汤

桃核承气五般施，甘草硝黄并桂枝，
瘀热互结小腹胀，如狂蓄血功最奇。

太阳病不解，热结膀胱，其人如狂，血自下，下者愈。其外不解者，尚未可攻，当先解其外。外解



已,但少腹急结者,乃可攻之,宜桃核承气汤。

——《伤寒论》第一百零六条

本方出自《伤寒论》,为理血剂,可破血下瘀。由桃仁(去皮尖)五十个12g、大黄四两12g、桂枝(去皮)二两6g、甘草(炙)二两6g、芒硝二两6g组成。上五味,以水七升,煮取二升半,去滓,纳芒硝,更上火微沸,下火,先食温服五合,日三服,当微利。主治下焦蓄血,见症少腹急结,小便自利,谵语烦渴,至夜发热,甚则其人如狂。若表证未解者,当先解表,而后再用本方。

本方即调胃承气汤,加桃仁与桂枝而组成。因其以桃仁为君,故名。方中大黄、芒硝、甘草即调胃承气汤,具有荡热去实的功能,所加的桃仁,能破蓄血,驱除血中结秘,桂枝能通血脉,疏解血行障碍,互相配合,及成为主治实热瘀血症的要方。



猪苓汤

猪苓汤用猪茯苓,泽泻滑石阿胶并,

小便不利兼烦渴,利水养阴热亦平。

若脉浮,发热,渴欲饮水,小便不利者,猪苓汤主之。

少阴病,下利六七日,咳而呕渴,心烦不得眠者,猪苓汤主之。

——《伤寒论》第二百二十三条、三百一十九条

出自《伤寒论》,为利水渗湿剂,利水清热养阴。猪苓(去皮)、茯苓、泽泻、阿胶、滑石(碎)各一两各9g组成。上药以水四升,先煮四味取二升,



去滓，纳阿胶烊消，温服七合，日三服。主治水热互结证。见小便不利，下利，口渴欲饮，心烦不寐、咳嗽、呕恶，舌红、苔白或微黄，脉细数。《伤寒论》谓："阳明病，汗出多而渴者，不可与猪苓汤，以汗多胃中燥，猪苓汤复利其小便故也。"故内热盛，阴津大亏者忌用。



当归四逆汤

当归四逆桂芍枣，细辛甘草与通草，
血虚肝寒手足冷，煎服此方乐陶陶。

手足厥寒，脉细欲绝者，当归四逆汤主之。
——《伤寒论》第三百五十一条

出《伤寒论》，本方主药当归，主治血虚寒客之四肢厥逆，故名当归四逆。功能温经散寒，养血通脉。由当归三两12g、桂枝三两（去皮）9g、细辛三两3g、芍药三两9g、甘草二两（炙）6g、通草二两6g、大枣二十五枚（擘）8g组成。用则以上药七味，以水八升，煮取三升，去滓，温服一升，日三服。主治血虚寒厥证，见手足厥寒，或腰、股、腿、足、肩臂疼痛，口不渴，舌淡苔白，脉沉细或细而欲绝。现代本方常用于血栓闭塞性脉管炎、无脉症、雷诺病、小儿麻痹、冻疮、妇女痛经、肩周炎、风湿性关节炎等属血虚寒凝者。

仲景先生提供我们辨证论治要点。猪苓汤治热结膀胱，《黄帝内经》以及后代诸多文献，提到热伤阳络则吐衄血，热伤阴络则尿血便血。阴阳之分以肚脐为界，分成上下，上为阳下为阴，热即升温，热伤阳络即包含眼睛、鼻腔、

口腔、咽喉、胃黏膜血管呈现充血现象,微细血管一旦承受不住升温的压力,就导致血管破裂,从鼻出血为“衄血”,从口腔为“吐”,眼睛为“目衄”,牙为“齿衄”,皮肤为“肌衄”,肚脐以下小便道为“尿血”,大便道为“便血”。

所以身体任何一部位,只要出现出血,都属热象,故治疗原则除止血外,施以凉性药,在《金匮要略》提到,治疗吐血的第一方为柏叶汤,此方中侧柏叶是清血分热的良药,本方又有马通汁,就是白马尿,现代人找马不容易,白马更难寻,所以有人以人尿代替。

对症有方

柏叶汤

出《金匮要略》,为止血剂,能温上摄血,敛血归经,《金匮要略》十四条谓:“吐血不止者,柏叶汤主之”。柏叶汤由柏叶三两9g、干姜(炮)三两9g、艾叶三把3g组成,用法为上三味,以水五升,取马通汁一升,合煮取一升,分温再服。现代也有以童便代马通者。盖本方所治之吐血,乃因下焦虚寒之气上冲而致,欲止其吐血,当温下焦之寒气。故用炮姜之温且守而不走,黑而入血分,以温其按之欲绝之脉,更佐以性温之艾叶入血而行血中之气。恐温药与寒气不相入,故用不畏霜寒之柏叶为反佐,则深入下焦虚寒之地而使姜艾行其回阳之功。《本草从新》谓柏叶“最清血分湿热,止吐衄、崩淋、肠风、尿血、血痢,一切血证。”加马通汁者,马为午兽,得丙火之正,故其为兽尝病热而不病寒,以其脏腑多阳气故也。吐血不止者,血由胃肠之络渗入肠胃而上出,故用马通汁,出于午兽而秉阳气,下走肠胃而止吐血。

其二,仲景也提到三黄泻心汤,三黄的黄芩清上焦之热,黄连清中焦之热,大黄清下焦之热,所有大苦大寒的药,都能使血管收缩,而出血正是血管扩张,我们用苦寒的药使血管壁不破而止血。柏叶汤止血效果虽好,但药材取得不易,而三黄泻心汤又因为三味药都苦寒,我不喜欢用,故以猪苓汤代之。



对症有方

三黄泻心汤

本方被认为是与伊尹《汤液经法》中"火剂门"的三黄泻心汤一脉相承的,在《史记·扁鹊仓公列传》中曾是治疗"涌疝"的"火齐汤"。至东汉为仲景《伤寒论》所收录,用于治疗心下气分的火热痞,但仲景用大黄、黄连二味,少一味黄芩,故名"大黄黄连泻心汤",此为该方的一次变革,仲景创意在于避开煎煮常例,改用"麻沸汤"即用翻滚的开水渍泡大黄、黄连两药而用之,意在取二者苦寒之气,以清心下火痞,而薄二药苦寒之味,使其作用在中焦而不泻下肠胃。再至唐代孙思邈《千金要方》载巴郡太守的"三黄圆",由汤剂而变为丸剂,又为之一变。此时大黄、黄连、黄芩的剂量并不固定,而是按照春夏秋冬灵活机动的增减。

现代一般常用大黄6g、黄连3g、黄芩9g,三味,以水三升,煮取一升顿服之。功能清热泻火、解毒。可用于火盛引起的头痛、目赤、口舌生疮、大便秘结、小便赤涩;高血压、失眠、各种出血症。对于出血持久,贫血显著,脉微弱者不宜用。



猪苓汤内有滑石，有滑动作用，血管壁不容易破裂；阿胶对血管修护效果很好；仙鹤草止血效佳。藕节止血效果也非常好，内有藕粉，对血管壁有修护作用，配以阿胶止血效果更好。白茅根属禾本科，药性凉，如同黄芩、黄连、大黄，对血管有收缩作用，加上猪苓汤的滑石、白茅根，加元参，三药凉血。如果没有元参可以用生地黄，都可以减少、防止微细血管破裂。另，连翘属茜草科，是很好的天然抗生素，可抗病毒，因为系统性红斑狼疮是血液病也是一种病毒，所以加连翘。

第二诊时，原方去元参改石韦，石韦属于蕨类，其他没有太大变化。第三诊时曾女士告知，白细胞已上升到5800，正常值为4000以上，而C_2、C_4指数都渐渐正常。短短时间，病况已经改善。

皮肤连通呼吸系统

古代就已经知道，麻疹、水痘是出过后就会终身免疫，不像现在打预防针，大家仔细看看，有哪一个能做到绝对免疫？打麻疹免疫针后，出亚麻疹、出德国麻疹、出玫瑰疹，而现在的人对麻疹、水痘又没有概念，家里小朋友出麻疹、水痘，照样让他吃冰冷的东西，照样让他在外面到处乱跑吹风，导致很多小朋友得到气喘、肠胃病，而且往往是一辈子的毛病。以前，我们出麻疹，长水痘，一定待在屋子里，不能吹风，还要吃烤甘蔗、烤橘子。我常常会想，自从有了家电用品，人类就进入一场浩劫，像是一场严重的灾难。



台湾经济到60年代才起飞，有了电视、冰箱等家电用品后，我觉得人类反而进入“悲惨世界”，因为吃冰凉品方便了，容易让人生病，尤其是呼吸方面的疾病，在气管就造成气管病，当然还有皮肤病。其实老祖宗在《内经》里就提

到，呼吸系统与皮肤是同一体系，说肺是管皮肤系统，所以要养生实在得多注意环境与饮食，怎样预防又比怎样治疗更重要。

现在治疗皮肤病的药，如果用抗组胺类的话，吃了之后就一直想睡觉；有些医师更缺德，就给激素，病患一吃就好，一不吃却比原来更严重。我看过许多病患，有位小朋友的身体没一个地方完整的，烂的一塌糊涂，连头发都没有，他父亲是西医，但是也没办法治孩子的病，除了抗组胺类药物和激素就没有药了。

中医治疗皮肤病可以外洗也可以内服



中医的治疗方式可以外洗，可以内服。外洗的话用麻杏甘石汤，光麻杏甘石汤就有效，我们有时会加一点苦参根、百部、黄柏，可能也加些苍耳子，因为麻杏甘石汤有去风热的作用，尤其是石膏。内服的话也可吃麻杏甘石汤、玉女煎、六味地黄，一般要视病因病情而定，如果是喜吃冰冷所造成的湿热，可能要用当归拈痛汤、茵陈五苓散等，这些都是很实用的方。

富贵手



台湾也有不少人有富贵手的问题，内服的方我用当归四逆汤，其中当归可以补血，桂枝可以扩张血管，有促进血液循环的效果。外用的有紫云膏，紫云膏最主要的成分有当归、紫草，紫草有活血化瘀的作用；韭菜水也有用，把手泡在里面，大概一两个星期就可以有不错的疗效。



相关链接

富 贵 手

富贵手又称进行性指掌角化症,俗称主妇湿疹,是一种手部湿疹。其生成原因主要在于本身的肤质较为敏感,对于外来的物质,经反复的刺激,而导致手部干燥、脱皮、皲裂、指纹消失,尤其在冬天干燥的季节更是雪上加霜,容易加重恶化。患者的手指及手掌产生角化、干燥、皲裂、疼痛等情形。该病通常发生于年轻女性,偶尔也可见于中年后的女性,男性患者仅占3%。

富贵手刚发病时由惯用手(多为右手)之末端指节的指腹开始,由末节指腹向手掌面蔓延,严重时皮肤角化,致手指不能伸直。本症若长期存在会使指甲肥厚、变形。富贵手发病后有夏天减轻,冬天恶化的特性。本症极易发展成为慢性病,未经适当治疗的患者常受其困扰数年或数十年。

皮肤痒

谈到皮肤痒,我们可从《素问·至真要大论篇》中,看到诸痛痒疮均属火,而风、暑、湿、燥、寒分别相应肝、心、脾、肺、肾,肝主风,心主暑,脾主湿,肺主燥,肾主寒。正常的时序变化,人体是能相应调整,一旦出现异常变化,人体不能适应,就会被风邪、暑邪、湿邪等外邪所侵,就产生火邪,继续发展就成为炎症的现象。例如咽喉、耳膜、眼角膜发炎。而皮肤造成痒症,就与心火有关,因此病在血液,当病毒破坏血液,出现在皮下,一块一块、一朵一朵像天上云彩红红的,称之为“斑”,一点一点像蚊子叮咬,就称为“疹”,都与

血分病变有关。

早在宋朝有一位儿科专家钱乙，又名钱仲阳先生，在所著《小儿药证直诀》里，就已经提到凡是皮肤病变，也要与五脏相应结合，例如肝主水疱，心主斑，脾主疹，肺主脓，到了肾脏就没有症状；同时也提到病归肾会变黑，如果我们仔细观察肾病变的患者，面色都是黧黑的。通常我们治肝水疱用茵陈五苓散，斑疹就用玉女煎，脓疱就用排毒药如桔梗、连翘之类的。

对症有方

玉女煎

玉女煎用熟地黄，膏知牛膝麦冬襄，
胃火阴虚相因病，牙痛齿枯宜煎尝。

出自《景岳全书》，首创于张介宾之《新方八阵》，历代医家对此方的评价有车至之别，系颇有争议的名方，为清脏腑热剂，能清胃热，滋肾阴。由石膏9~15g、熟地9~30g、麦冬6g、知母5g、牛膝5g组成，上药用水一盅半，煎七分，温服或冷服。主治胃热阴虚证。见症头痛，牙痛，齿松牙衄，烦热干渴，舌红苔黄而干。亦治消渴，消谷善饥等。临床以牙痛齿松，烦热干渴，舌红苔黄而干为证治要点。凡病机属于胃火炽盛，肾水不足者都可以使用本方。若大便溏泄者，非本方所宜。

总之，身体的痒，根据《黄帝内经·素问》的《至真要大论篇》中，诸痛痒疮皆属于心火，如不用清热凉血，解热退火药又怎能治愈？

此外，冬天气温15℃以下，有人全身就会痒，夏天温度25℃以上，有人两手会流汗，两脚到晚上就会觉得胀胀的，痒症病患确实不少。当归四逆汤是最好的处方，夏天手会



流汗是阴虚，两脚会胀与血液循环有关，因为心脏血管把血液送到末梢，回流比较缓慢，就用当归四逆汤；手汗的话要加柏子仁，或加桑枝、元参（玄参），桑枝能作用在手掌，柏子仁有安定交感神经的作用。

中医有方，标本同治

中医处理皮肤病可行的几个方案

我们处理过一位史老先生，有四十多年的皮肤病，只花很短时间就治愈。又有一魏小姐，二十多年皮肤病，看半年就改善。杨小姐则有三十余年的皮肤病缠身，也很快痊愈。我很感动的是，现任荣民总医院皮肤部的刘汉南先生，前几年任职实和联合诊所副院长兼皮肤部主任，保守估计他曾介绍 300 例以上患者来诊。



有很多同道问我，对皮肤病的处理方向原则。过去我们曾看过出生 7 天皮肤溃烂的病案，试想，一个只出生 7、14、21、30 天就皮肤溃烂或有异位性皮肤炎的婴儿，与饮食关系应该不大，我就以六味地黄丸加玉女煎同用，这是补先天不足的方法，标本同治；其他如连翘、元参、薏仁、桑白皮，则视病况斟酌用药。第二是针对饮食不当，当以小柴胡或其他变方如逍遥、加味逍遥等剂加玉女煎及其他单味药。第三是肺气不宣造成的，就以宣肺法，如麻黄系列的麻杏甘石汤等。第四是营卫失调，就以桂枝系列或麻桂系列，也有用柴桂系列。

所以针对不同临床见证用不同治则与处方，不管异位性皮肤炎、脂溢性皮肤炎，几乎都能处理妥善。以 2002 年我们的电脑统计资料，皮肤病变高达 949 例，2003 年也有 673 例，就可想像皮肤病的患者有多普遍。

导致皮肤病增多的其他因素

皮肤病变主要是大环境影响，第一是空气污染及饮食，由于现在食物都有很多添加剂，对人体造成或多或少影响。第二是生活步调紧张，忙碌疲倦，影响人体免疫功能，抗病力就差。第三个原因是服药不当，因服药不当造成皮肤病变的不少，也因此让我感受不吃药比吃错药还好，因为不吃不影响人体，不会破坏血液，吃错药留在人体，造成血液、生理变化。



我举个例子，有一电子工厂吴姓负责人，为了员工旅游到南部，顺便参观一家药厂，每位参观者都拿到一份黑药丸，还标明有病治病无病强身，员工当场吃下，个个眉开眼笑。吴先生回台北之后才服药，结果引发全身皮肤过敏反应，嘴唇肿如猪八戒，连生殖器都肿大。他不敢看西医，以免因生殖器肿被怀疑在外不轨，最后向我求救。我问他家里有没有黑豆或绿豆？因为绿豆解百药毒，黑豆甘草就是解毒汤。如果有黑豆、绿豆，就赶紧煮服，可缓解中毒。

至于大环境、自然生态造成种种皮肤病，要依赖政府督导改善，几乎不可能，大家只有自求多福。

治疗皮肤病的小偏方

我看过的皮肤病大概有数千例，有些很简单的皮肤病，用单味药就可处理得很好，像香菜就是专门治皮肤病的。香菜和芹菜都属伞形科植物，很多面积小的、不很严重的皮肤病，把香菜洗一洗，去掉脏、黄的部分，弄干水分，找个有盖子的广口瓶子，加一点米酒或米酒头，哪里痒就擦哪里，很快就好了。



韭菜也能解百药毒。同样先把脏、黄的部分去掉，再洗干净，一次大概半斤，烫一烫后捞起来加点酱油膏、柴鱼，当一道烫青菜。烫过的水不要倒掉，可以喝，也可以洗患部，



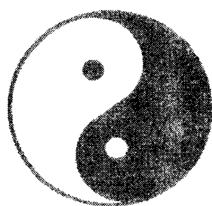
我有很多成功的皮肤病病例，洗一洗韭菜水就好了。



夏天很多人长痱子，尤其是婴儿。人情绪愈激动，痱子就痒得愈严重，这时候苦瓜就派上用场。把苦瓜洗干净剖开，挖掉籽，切薄片，丢到开水里煮，煮了后捞起红烧，或炖苦瓜汤都好吃；而苦瓜水就可以拿来洗痱子，洗几次就好了，不需要用药膏。

我所提供的这些方，纵使没有效果，也不至于有副作用，不会对人体有伤害，而且又简单、又方便、又便宜、又有效——简便廉效就是我这些年来推广医学养身保健的最终目的。

第4篇 肝胆疾病



• 小方治病

☞ 南瓜解烟毒

☞ 菊花、金银花、甘草泡茶，治常常长眼屎

• 保养提示

☞ 生气容易得肝病，所以不要生气

☞ 注意从尿液看健康

☞ 常吃海里的动植物，少得肿瘤

• 医生借鉴

☞ 眩晕、眼压高、小脑病变、高血压、低血压的治疗

☞ 丰乳的治疗思路

【医案】急性肝炎

病历号码:77893

姓名:杨□□　　1975 年 1 月 18 日生

初诊:2002 年 9 月 16 日

主诉:肝指数三千多,急性肝炎,黄疸指数 13,食欲不振,晕眩,呕吐,睡眠障碍

这位阳性患者因为生活作息不正常,罹患急性肝炎,也因此会出现疲劳倦怠、恶心呕吐、眩晕、食欲不振、睡眠障碍等症状。医院要他做切片检查,如果有问题,就要做化疗,后来经其父亲陪同来诊。

张仲景先生《金匮要略》开宗明义第一章,治肝病的大原则是"见肝之病,不治肝病,当先实脾。"一个人罹患肝病,不吃东西而腹胀,吃后又更难过,难免会引起恶心呕吐。我们治肝病不是直接对肝进行调整,往往先健运脾胃,恢复肠胃消化功能后,肝木就无法克制脾土,肝病也因而改善。

不管是早期治疗大法或肝胆病专家处方用药,除了照顾脾胃功能外,往往也让肺金不克肝木。有一名方"一贯煎",只用了六味药:当归、熟地黄养肝血,枸杞补肝肾,川楝子疏肝气,沙参、麦冬入肺金,就是用来养肺阴。肺属金,养肺阴就是

用此法治疗肝病的原理。至于睡眠障碍，每一个人一想到肝病就非常棘手，所以称为“国病”，老祖宗在七情相应，肝相应的七情是怒，而怒自然会影响睡眠。

初诊9月16日，施以茵陈五苓散、小柴胡汤、苇根、金钱草、柏子仁、茜草、白茅根，另嘱以茵陈蒿一两、白茅根二两，煮水当饮料喝。茵陈五苓散出于仲景《伤寒论》的五苓散加茵陈，对肝胆病有退黄作用，效果很明显。仲景先生把黄疸分热疸与谷疸、女劳疸、酒疸，对不同病症，处方用药就不同。后代又分为阳黄、阴黄两类，阳黄表现的肤色明亮如橘子色，阴黄肤色暗如黧黑。热疸是外感热性病引起，因此热疸、酒疸属于阳黄范围，谷疸、女劳疸归类为阴黄范围。

如果好好体会仲景的《金匮》、《伤寒论》，就会懂得辨证与用药，绝不至于像一些同道，不管虚实，都用龙胆泻肝汤，这样是不对的做法，因为不分寒热虚实，在临床治疗就无法充分掌握。

小柴胡汤是少阳病的处方，少阳有足少阳胆经，手少阳三焦经，小柴胡汤不管是针对足少阳胆经的系统或手少阳三焦经淋巴系统，都能产生很好的疗效。

苇根属禾本科植物，属性凉，有关药物学文献，治疗恶心呕吐效果很好，也可解河豚毒，日本人嗜吃剧毒的河豚，如果不善烹调，而贪口腹之欲，往往因而丧命，苇根既然可以解河豚毒，而肝胆在《内经》、《金匮》、《伤寒论》都说是“湿瘀热郁，黄疸生焉”，所以苇根可用于清热、解毒、利湿。金钱草属菊科，凡菊科植物都可用于清热解毒。白茅根亦复如是。柏子仁有安神作用，故用于治

疗睡眠障碍，而茜草根就有化瘀作用。

9月23日二诊患者告知，服前方后，肝指数由三千多降到1200，黄疸指数由13降到9，反应很好。但又告知初诊时有口苦、小便量少症状，因此只稍微调整用药，恶心呕吐已经改善，所以去苇根加天花粉，即瓜蒌根，在药物学上可治肝胆病。睡眠障碍业已改善，所以去柏子仁改泽兰。

10月2日三诊，肝指数很明显的由1200降到500，黄疸指数由9降到5，所以保留茵陈五苓散、小柴胡汤两基础方，加车前子治疗小便量少。车前子在文献中被告知，利水而不伤阴；再加一味很好的消炎利湿退黄的栀子。

10月21日四诊，因为效果佳，所以不改方。11月1日第五诊，肝指数已由500降到90，黄疸指数降到2.8，所有肝胆症状已经明显改善，将小柴胡汤改小建中汤。另，患者述咳嗽，加浙贝母一味。

浙贝属百合科，内含皂苷，有止咳化痰之效。小建中汤出自《伤寒》、《金匮》多次，在伤寒方内出于少阳病；在《太阳篇》是治腹痛；在《金匮要略》第一次出自《虚劳篇》，可以治疗虚劳里急腹中痛；在《肝胆病篇》，提到男子疲劳，面色萎黄，当以虚劳，小建中汤主之。同时也出现在《妇人病篇》，妇人腹中绞痛，当以小建中汤主之。

11月15日第六诊，所有肝胆指数已经接近正常数值，把原来的小建中汤换成七味白术散，以改善食欲不振，并加上神曲。

七味白术散出自于宋朝小儿科圣手钱乙先生的《小儿药证直诀》，建立在四君子汤架构上，加木香、藿香、葛根，不过后人也有人加香附、藿香、

葛根。临床上,如果用于止痛,以木香为佳,如果用于芳香健胃,以藿香较擅长。香附在药物学中,说用于奇经八脉、十二经脉,为气病总司、女科仙药,所以用于全身就应以香附为主,它属于莎草科,生命力强。藿香为唇形科,有精油芳香健胃。木香清热解毒。

钱乙先生也提到,治疗肠胃病除五味异功散外,用七味白术散有健运脾胃效果,除了这些疗效外,还可治疗糖尿病,我个人喜欢也常用七味白术散。至于神曲是由六种不同药组成,经过处理后,压成小方块,神曲所含的酵素,不亚于市面上贩卖的优质酵母乳。

我曾有意开发可以立即冲泡服用的"乌神茶",由乌梅、神曲组成,对现代人过食油腻或偏食容易腹胀,或嗜食膏粱厚味的人,或肠胃功能不佳的人,用乌梅帮助消化,神曲的酵素作用则可以帮助胃肠蠕动,如果发展销售,肯定会造成轰动。

11 月 29 日七诊时,患者告知肝胆指数完全恢复正常,因此将七味白术散调整为加味逍遥散。之后定期来复诊追踪,状况也一直维持稳定。这是一个很成功的病案。

人世间有很多人、事、物都靠缘分,我 1996 年间在林口长庚中医部坐诊,到 1997 年 7 月因病患实在太多,从早上八点半看到下午四点多才自己开车回台北,又续往台北、中和坐诊,常无法按时用餐。公务员枵腹从公,我也已经几近枵腹从医境界,所以有次在高速公路因疲劳过度,边开车边打瞌睡,之后我决心将车子送人,自行叫计程车往来,这位长期载我的司机就是杨姓患者的父亲,无此缘分,他小孩急性暴发性肝炎,生命危在旦夕,也不会找到我。我常告慰自

己,果真是有缘,才能帮这位杨姓父子处理棘手问题。

肝为罴极之本

肝病的一个重要病因

现代年轻人很喜欢熬夜,饮食又不正常,造成很多奇奇怪怪的疾病。有位郭先生小孩就读交通大学,每天要凌晨三四点才就寝,往往体力还没恢复,次日又上学,再加上在校外饮食,回锅油炸煎烤,都没有忌口,导致满脸青春痘,日复一日,结果有一天发现乳房竟然长了硬块,吓得他不知所措,才由父亲陪同来治疗。我们要他调整睡眠时间,从凌晨3点调整到12点、11点睡觉。乳癌不止是女孩才罹患,男人一样也会有,这位交大郭姓小朋友,经过这次治疗后,总算乖乖按时作息,也不敢任意在外饮食。

我曾经建议教育部安排大学生必须参观大医院的肿瘤病房,在那里有非常多的年轻人罹患肿瘤病,我们看了非常不忍心,就因为作息不正常而葬送了宝贵生病,这种课程安排,一定要警惕。因为这些人耗费多少社会医疗成本与资源,这些E时代新新人类,凌晨狂欢饮酒嗑药,只能用"和尚打伞——无法无天"来形容。为人父母承受的伤痛就不是言语所能形容。

肝病的表现

早在两千多年前,祖宗在《黄帝内经》就提到"肝为罴极之本",就是说疲劳的形成,可能消耗肝糖所致,另外出现眩晕症状,在《内经》七十四章《至真要大论篇》中,有一段病机十九条,开宗明义就说:"诸风掉眩皆属于肝。"无论什么原因造成的晕眩,都与肝脏有关。

"高血压"在中医文献上没有这名词,而是称为"肝阳

上亢"，一般高血压除了晕眩之外，颈椎会有僵硬的感觉，两手麻木，每到下午3到5点的申时、5到7点的酉时，在颧骨部位就会出现潮红现象，好像女孩搽了胭脂，走路飘飘地头重脚轻，所以血压高、血压低都会出现晕眩。血压低也和肝脏血管有关，小脑长恶性肿瘤，也会导致晕眩，我们诊断小脑是否有病变，可以请患者两手自然平伸，手指会抖动的就可能有病变；不过手指的抖动除与小脑病变有关外，还有甲状腺功能亢进、帕金森病、嗜酒成性、酒精中毒等都会出现。

另外，眼压高也会晕眩，不过眼压高的病患自己会感到眼眶有肿胀感，几乎可以自己推断眼压超过20的正常值。如果颈动脉有基底动脉呈现狭窄现象，血液无法上升到大脑，也会造成大脑因为缺氧而晕眩。

肝病的治疗

前面介绍各种症状中，以小脑病变与颈动脉狭窄比较棘手。中医文献提到肝肾阴虚，是无法透过西医检查出来的。如果肝肾阴虚，就用杞菊地黄丸；基底动脉狭窄，就用真武汤；眼压过高，可用苓桂术甘汤；如果小脑病变，除了用真武汤，也可用生脉饮，强化心血管将血液输送到大脑。高血压有大柴胡汤、防风通圣散、钩藤饮、天麻钩藤饮降压，如果低血压就用强心补血药。



对症良方

杞菊地黄丸

本方是在六味地黄丸的基础上加枸杞和菊花而成，有滋肾平肝的功效，对于肝肾阴亏的眩晕，耳鸣，目涩畏光，视物昏花有特效，无明显毒副作用。由枸杞子40g、菊花40g、熟地黄160g、山茱萸(制)80g、牡丹皮60g、山药80g、茯苓60g、



泽泻60g组成。上药研末,炼蜜为丸。每服6g,温开水送服。可主治头目眩晕,视物模糊,或枯涩眼痛,或迎风流泪,羞明畏光,或耳鸣耳聋、潮热盗汗等症。用于头晕目眩,视力减退、健忘,腰膝酸软,口咽发干;能近视不能远视,兼见耳鸣耳聋,腰膝酸软;妇女经行目痛,连及眼球,头痛绵绵;雀盲,夜间视力昏暗,不能看物伴腰膝酸软;耳鸣耳聋,或突发性耳聋,伴有潮热盗汗,心烦不寐等。西医诊断之神经衰弱、球后视神经炎视神经萎缩、中心性视网膜炎、慢性青光眼等证属肝肾阴虚者皆可应用。服用本方忌食酸冷食物。



真 武 汤

真武汤壮肾中阳,茯苓术芍附生姜,
少阴腹痛有水气,悸眩瞤惕保安康。

太阳病发汗,汗出不解,其人仍发热,心下悸,头眩,身瞤动,振振欲擗地者,真武汤主之。

少阴病,二三日不已,至四五日,腹痛,小便不利,四肢沉重疼痛,自下利者,此为有水气,其人或咳,或小便不利。或下利,或呕者,真武汤主之。

——《伤寒论》第八十四条、三百一十六条

本方是《伤寒论》中的著名方剂,为著名温阳利水剂。茯苓三两9g、芍药三两9g、白术二两6g、生姜三两9g、附子(炮去皮,破八片)一枚9g组成。上五味,以水八升,煮取三升,去滓,温服七合,日三服。主治阳虚水泛证。见畏寒肢厥,



对症有方

小便不利，心下悸动不宁，头目眩晕，身体筋肉瞤动，站立不稳，四肢沉重疼痛，浮肿，腰以下为甚；或腹痛，泄泻；或咳喘呕逆。舌质淡胖，边有赤痕，舌苔白滑，脉弦细。本方现代也适用于慢性肾小球肾炎、心源性水肿、甲状腺功能低下、慢性支气管炎、慢性肠炎、肠结核、梅尼埃综合征等，属脾肾阳虚，水湿内盛者。



对症有方

苓桂术甘汤

苓桂术甘化饮剂，温阳化饮又健脾，

饮邪上逆胸胁满，水饮下行悸眩去。

本方是治痰饮的一张名方。方用桂枝温肺，平降冲逆；白术健脾燥湿，以杜生痰之源；茯苓利水渗饮，以治眩悸，炙甘草和中培土。合为治饮病的平妥之剂。由茯苓四两12g、桂枝(去皮)三两9g、白术二两6g、炙甘草二两6g组成，上四味，以水六升，煮取三升，去滓，分温三服。能温阳化饮，健脾利湿。主治中阳不足之痰饮。胸胁支满，目眩心悸，短气而咳，舌苔白滑，脉弦滑或沉紧等。临床以胸胁支满，目眩心悸，舌苔白滑为证治要点。慢性支气管炎、支气管哮喘、心源性或慢性肾小球肾炎所致的水肿属阳虚者，均可加味用之。

另一个晕眩原因是肠胃系统的消化功能较差，影响了食物的消化吸收，导致清阳不升、浊阴不降现象。清阳要升，出上窍即从鼻腔、口腔；浊阴要下降，出下窍就从大小便

道。一旦清阳不升，上窍蒙蔽就会晕眩；浊阴不降，就出现腹胀、肠胃系统病变等。两千年前老祖宗对晕眩体验就有深入的体认，我们的颈部基底动脉狭窄就与心脏血管有关，眼压过高则与肝有关，因为肝开窍于目。

台湾是罹患肝病非常高的地区，根据统计，100 个人中大概有 70 个罹患肝炎，包括带原的病例。造成肝胆病变的原因，与伤风感冒发热有绝对关系，一旦感冒发热，就会破坏胆囊或影响到胆管，出现发炎阻塞的现象。所以有很多的肝胆病都是由于感冒发热而来，临床上有太多太多例子，包括急性肝炎、急性黄疸，甚至还有暴发性肝炎，都是因为感冒诱因所造成。严格说来，患者可能本来体内就有潜伏因素，加上感冒诱因，就导致急性发作，所以有人一感冒，肝指数就直线上升，甚至于全身出现黄疸。

另一个管道，就与饮食有关。中国人的饮食文化常常不太注意卫生，因此容易造成感染。

中医看病见微知著

就感冒诱因造成的方面，中医临床上有些方剂来对应，饮食所造成的，当然也有些处方。中医的分类与西方医学不太一样，西医把肝病分成 A 型、B 型、C 型一大堆的，我觉得实际上没什么用处，因为怎样分类都无药可治。

肝病的征兆

中医则不同，有临床上的见证。因为肝胆疾病，一开始通常会晕眩，最古老的中医文献就讲“诸风掉眩皆属于肝”，风是一个过敏原，就是会有摇晃的感觉，眩就是晕眩，所以晕眩现象，中医通常归因在肝胆方面。还有眼睛干涩、长眼屎、眼垢多等等问题，因为肝开窍在眼睛。另外，一般肝胆病的人情绪都不太稳定，比较容易生气；相对地，常生



气的人也比较容易得肝病。所以我常对朋友讲:“学中医有个好处,就是能陶冶身心,时时提醒自己不要生气,因为生气得到肝病的几率比较高。”

接下来,肝病的征兆会耳鸣,这是因为少阳经绕到耳朵,尤其是手少阳三焦经,耳朵外有几个穴道:耳门、听宫、听会都在这里,所以会出现耳鸣现象;然后嘴巴会苦,五脏六腑里只有胆会苦,如果说你早上睡醒或午睡起来嘴巴会苦,口苦咽干,与肝胆就有绝对关系;胸口会很闷,如果是感冒引起的话,胸口的淋巴回流会发生障碍,胸口会闷,胸胁苦满,包括肋间会有胀胀的感觉。

识别“肝气郁结”

南投草屯林太太因为和老公吵架,右胁鼓了 20 公分硬块,因为她老公在深圳做生意,刚去时还很规矩,每天打电话,定期回来,隔一阵子电话也不打,人也不回来了,在大陆包二奶。是可忍孰不可忍,她跑去和对方吵了一架后,身体竟鼓出个 20 公分的硬块,只好回来就医。没想到有家医院的医师叫她可以准备办后事,她吓坏了。这样的情况,中医称为“肝气郁结”,与情绪有关,了解病因当然有方可治。

肝病治疗不机械地单纯从肝医

老祖宗在《金匮要略》开宗明义第一章第一条就说:“见肝之病知肝传脾”。见到肝病不从肝治疗,“必先实脾”,意思是先把肠胃功能处理好,肝病自然就会好。所以中医有隔一、隔二、隔三的治疗。譬如头痛,常常是从脚底治疗,叫隔三、隔四,不是直接治疗,这也是中国医学神奇与奥妙之处。有人一生气会肚子胀,中医就用如神曲、香附、大腹皮这一类的药,因为都含有酵素,可帮助胃液分泌,消除、消化酵素,自然肚子胀的现象就会改善。

另外，肝经从脚大拇指的大敦穴开始走到生殖器旁边的五里穴，继续往上走到乳头，乳房与两个经络有关，乳头属足厥阴肝经，乳房属足阳明胃经，乳房要丰满一定要从这两个系统处理，这样一路上来，它绕着你的生殖器，所以通常尿量会比较少，颜色会比较深，我们的尿一般是淡黄，如果颜色深黄，就表示肝胆有问题了，因为我们的胆汁分泌大部分随着大便排出体外，所以大便基本上也是黄黄的。



胆汁一天分泌的胆色素假定是两百个单位，大概有一百九十几个单位是随着大便排出体外，极少量随着尿液排出体外，我们一般称尿胆盐或尿胆素。正常尿液颜色是淡黄；如果是深黄色，意味着胆汁分泌或胆囊或胆管有问题；如果是咖啡色就更要注意，去检查的话，肯定肝、胆指数都很高，胆色素也一定高于1.2个单位，很明显地在眼睛巩膜和角膜处就可看出黄疸现象，而且肤色、甚至指甲都会变黄。

一般胆指数、胆色素升高的话，第一个反应就是痒，第二是出现灰白色大便，因为胆色素不走大便道，所以大便就不是黄的，而呈现灰白色。

皮肤痒该综合分析

当然，皮肤痒不一定全是肝出问题，因为肺主皮毛，皮肤毛细孔就是呼吸单位，身体中的废物会每一分每一秒透过毛细孔带出体外，尤其现代人的生活，由于家电用品的流行，大家已经习惯冷气空调设备，外面的温度是三十几度，一进到冷气间的温度是二十几度，这中间的温差将近10℃，有些人对气温适应的功能比较缓慢，尤其是肺功能比较差的人，这样一来，代谢废物沉淀皮下，干扰痒觉神经，肯定就皮肤痒。还有空气品质差，也会让皮肤痒，有个医师罹患皮肤病十几年，怎样都治不好，出国旅游两个星期就没事了，这意味着国外一些比较没有开发的地方，空气很清新，当然就不会有不良反应。总之，皮肤痒未必都是肝胆功能造成的。



从尿液看健康

尿液是看生活、饮食正常与否最好的指标。

一般人每天早上多半是因尿急才起床，当然有人是迷迷糊糊地撒泡尿又去睡回笼觉的，所以常常不清楚尿液颜色。其实，第一泡尿很重要，一定要观察仔细，看是不是颜色很深，或有血尿，或像洗米水一样混浊，或是泡沫很多，有各种不同的现象。如果泡沫很多，像洗米水一样混浊，意味着肾脏功能有问题，显示你昨天吃得太咸或太多加了防腐剂的东西。

如果尿液红红的，第一个要考虑是否感冒发热，因为感冒发烧会影响到下腹腔的血管，形成充血现象，有的血管比较脆弱，导致微血管破裂，就会有血尿；第二个要考虑可能有结石，因为菱形或多角形的石头，滑动时划破微血管，当然尿液就会红红的，有些人会严重到整个马桶都是红的；熬夜，抽烟抽得凶，也容易血尿，因为抽烟会让微血管收缩，微血管一收缩就影响到氧气供应，所以脸色会发青，喝酒脸色就会发红，都说烟酒不分家，后来我才恍然大悟，抽烟脸色发青，喝酒脸色发红，所以边喝酒边抽烟就会面不改色。

像咖啡色的尿，就肯定与肝胆有关系。所以奉劝大家，每天早上仔细观察尿液和粪便，然后调整生活、饮食习惯，就可以未雨绸缪，防患于未然。

抽筋也与肝有关

有些人很容易抽筋，这问题要考虑他是否喜欢吃冰冷饮，人体体温约摄氏三十六度半，冷饮的温度几乎都在零度以下，三十几度的体温碰到零度的冰冷饮，马上就会起收缩痉挛反应。如果常抽筋，又很少吃冰冷饮的话，那就可能和

肝有关系,因为中医认为:肝主筋,肾主骨,脾主肌肉,心主血脉。所以肠胃消化系统差,造肉功能就差,人就长得瘦瘦干干的,如果出现骨骼问题,治疗上从肾这方面处理,心脏把血液送出去要看它的功能,力量够不够把血液送到末梢再回流,所以心主血脉。

所以,常常抽筋,很可能就是肝血不足,从头到脚每个部位都有表征来告诉你,你的肝胆是不是已经亮起红灯了。

以上我们所讲的这些症状,不一定要全部齐备,只要有一两种,就可以肯定肝胆已有问题。西医没有药,只能要你多休息,多吃高营养食物,吃些保肝片、肝安能,甚或打些诸如干扰素的药,但根本没有用。严重的话,吃药也会导致肝胆病,我在某大医院看过两例,有个女的吃药吃到全身黄疸,住院住了10天,还做肝脏组织切片,记录一大堆,她拿来给我看,我说不想看,因为我只要把她的肝胆病治好就好了,结果就诊两个星期后,黄疸全退了,肝指数也正常了。

论治肝胆病,阴阳分两类

现代把肝胆病分成两大类,其实老祖宗在汉朝时就把肝病分成阴阳两大类:望诊时看起来像橘子色,鲜明有光泽的就是阳黄症,暗暗的黑黑的就是阴黄症。

阳黄症又分两大类:热疸是因感冒发热造成的,另外还有酒疸,喝酒会引起很多肝胆病,如果加上心理压抑,情绪问题,就更严重,所以最好不要喝闷酒。喝酒会伤肝,冷酒会伤胃,无酒会伤心,你看看到底要伤肝、伤胃,还是要伤心。

阴黄症也分两大类,一类叫谷疸,另一类叫女劳疸,第二类与性生活有关,性生活没有节制会引起肝胆病变。还有黑疸,古老的文献里,也有提到现在最可怕的暴发性肝炎,名称为“急黄”。暴发性肝炎在西医的数字中,死亡率

达百分之九十几，罹患暴发性肝炎最快三天就挂掉，因为急黄会出现肝昏迷现象，治疗时间如果掌握得宜，中医可以两三天就让患者从加护病房转到普通病房。有位某医院的罗姓病患，一到加护病房就被开病危通知，我给他服用茵陈蒿汤加减后，三天之后就出加护病房了。当然，不是每一例都可治好，但是起码传统医学有药物可对应。譬如女劳疸用矾石硝石散，谷疸用茵陈五苓散。



对症有方

茵陈蒿汤

茵陈蒿汤治疸黄，阴阳寒热细推详，
阳黄大黄栀子入，阴黄附子与干姜。
亦有不用茵陈者，仲景柏皮栀子汤。

本方出于《伤寒论》，是主治湿热发黄的一张卓效方剂。由茵陈蒿六两12g、栀子十四枚9g、大黄二两9g组成，上药水煎服。功能泄热，利湿，退黄。主要适应于阳黄证。茵陈蒿汤在《伤寒论》中用于阳明湿热郁蒸发黄，为治疗黄疸病阳黄之专方。临床上凡见身、目俱黄，黄色鲜明如橘子色，小便黄赤而短少，发热，口渴，心烦，脘腹痞满不适，大便秘结，汗出不畅，舌苔黄腻，脉滑数，或弦数者，即可用茵陈蒿汤治疗。本方证的主要病机为湿热郁蒸，胶结不解，肝胆疏泄失职，胆汁外溢肌肤。选用本方意在清热除湿，利胆退黄。

柴胡系列治疗肝胆

通常治疗肝胆病，大概有几个药方可以考虑，一是柴胡系列：有小柴胡汤、大柴胡汤、柴胡桂枝汤、柴胡桂枝干

姜汤、柴胡龙骨牡蛎汤等。小柴胡汤中有人参、甘草、生姜、大枣,体质较虚者比较适用。大柴胡汤中有大黄、枳实,通常身体比较壮实或病情比较急,才会考虑。柴胡桂枝干姜汤中,干姜是很好的止痛药,另外,牡蛎壳是软坚的药,其实所有生长在海里的动物、植物、矿物,都有软坚作用,所以我常奉劝大家常吃海里的动植物,肿瘤形成的机会就会减少,每天配合泡些金银花、黑豆、甘草的茶当饮料,少吃外面的垃圾食品,已经成形的肿瘤,柴胡桂枝干姜汤都能把它消解。



神经官能症可以用柴胡桂枝汤

值得一提的是,如照《伤寒论》条文,柴胡桂枝汤可以治疗的范围很窄,但经我临床体验,反复思考,发现对神经官能症有很好疗效,我也处理过现代医学找不出发热原因的病症,加上白虎加参汤,可以使不明原因热象缓解。有一位学士后中医郑同学,亲戚住彰化某医院,全身水肿,西医用利尿剂无效,结果他用调和营卫、疏通三焦的方法,竟然全身水肿消退。又有一次,他同学发热用柴胡桂枝汤加解热剂,两三天后不但退热,胸部从 A 罩杯变 B 罩杯。偶然的发现,可以思考逻辑类推,用来丰胸。

柴胡桂枝汤



对症良方

柴胡桂枝两方合,善治太少两经疴。

心下支结关节痛,初期肝硬亦能和。

本方出自《伤寒论》,为太少表里双解之剂,能和解半表半里、舒肝解郁。由桂枝 9g、白芍 9g、生姜 2 片、柴胡 9g、黄芩 9g、半夏 9g、白术 9g、甘草 3g 组成,水煎服。现代本方能治疗多种疾病,如精神、神经系统疾病,癫痫、失眠、神经衰弱、

对症指方

神经官能症等，以惊、挛、抽搐为审证要点；消化系统疾病，可治疗消化性溃疡、慢性胃炎、慢性胰腺炎、慢性肝胆疾患等病，以脘痛、痞满、呕恶为审证要点；循环系统疾病，心律失常、冠心病心绞痛、高血压病等，以气血不利，气机升降失司为审证要点；呼吸系统疾病，各种发热，如病毒感染性发热、感冒合并症，以发热恶寒、胸胁苦满、口苦口干为审证要点；妇科疾病，以气机紊乱，升降失职、阴阳乖舛为审证要点。

更不可思议的是，有一台大电机系毕业后考取中医的孟杰同学，产后生怪病，只要一躺下，背部、风门、膏肓部位就有一股凉飕感，起身即消，回妇产科治疗也未见改善。孟杰用柴胡桂枝汤加味，只服一包，困扰这位产妇的问题即迎刃而解。同学问她何处学得此招，她从实告知是念台大参加传统医学社，受张步桃老师熏染感召，参加中医考试，由台大电机毕业，改行中医。另一位是台大农工系毕业的沈睦森，也改行中医，他们辛苦考上台大，毕业后又参加特考，非常辛苦，可以告慰的是他们常感欣慰，因为很多同学修到博士，工作却不稳定，而他们选择中医，工作收入都稳定，又可助人。在台大传医社受我影响的同学颇多，有时我也无法确定影响别人改行中医是对是错。

葫芦科植物是好东西

可以解毒的还有天花粉，也就是瓜蒌根，是葫芦科植物。所以我也建议平常多吃葫芦科植物，如丝瓜、葫芦、冬瓜、苦瓜、大黄瓜、小黄瓜、南瓜等，南瓜还可解烟毒和鸦片毒，解鸦片的烟毒，除了南瓜外还有甘草，《潜斋医书》记载，解烟毒最好的就是南瓜和甘草汁。



但是，南瓜对有糖尿病、皮肤病的人不好，因为它的植物性脂肪比较多，容易造成皮肤组织溃烂。所以如果你皮肤溃烂，老一辈的会告诉你南瓜、茄子尽量不要吃。茄子是茄科植物，它有毒，但有预防中风的作用，它能软便，会帮助滑肠。

葫芦科植物除南瓜外皆属寒性，西瓜又名天生白虎汤，有退烧作用，所以发烧多吃西瓜也会退烧降温，作用就像白虎汤：白虎汤有石膏、知母、粳米、甘草四味药。很多人认为中药退烧比较慢，真是100%的错误，只要辨证正确，一包药就可退烧，我就用白虎加参汤。

瓜蒌根也很有意思，瓜蒌根是学名，国科会生物处每年都会接一些研究计划，很多年前就有人研究过瓜蒌根可对抗艾滋病，因为它含有葫芦瓜素，对艾滋病病毒有抑制效果；瓜蒌根也可以抗肿瘤，可以散结，也就是散掉硬块。

茵陈系列也有效

肝胆病除了柴胡系列，另外我会考虑茵陈系列的方子。茵陈蒿汤对暴发性肝炎、急性肝炎有一定效果；对阴黄症，我会考虑茵陈五苓散；对阳黄症，我会考虑茵陈蒿汤。

茵陈蒿汤只有3味药，但不要小看它，3味药可说是面面俱到。黄疸指数升高，肝指数升高，单一味茵陈就是很好的退黄药，但是要重用，一般用二两，很便宜。它属菊科植物，所以不妨在选择蔬菜、药物时，多找些菊科植物，多有好处。比如常常长眼屎的人，就用菊花、金银花加两三片的甘草泡茶，眼睛就会舒服，对肝脏又好。茵陈、菊花、莴苣、A菜、咸丰草、红凤菜、茼蒿菜都是菊科植物，通常菊科植物有些苦味，所以有些人不敢吃。



茵陈蒿汤里的茵陈是非常好的退黄药，假如尿液颜色是咖啡色，不妨加白茅根。

阳黄症属实证，可以用茵陈蒿汤。如果是虚证，我就考虑用茵陈五苓散、茵陈理中汤、茵陈四逆汤，一般望诊时如果脸色暗没有光泽，大部属于阴黄症状，所用的药就属热性的药。

慎服药，养肝血

不要自己乱买药吃

大家看报纸常看到整版的肝病药丸，实在很可怕。基本上，如果药厂向卫生署申请许可证时，是几味药就几味药，不允许再加其他的药，因为加了其他药，会产生什么变化，没有人知道，也就是说，要加其他东西，一定要先做毒理实验确定有无毒性，再做动物体外实验，再做人体体内实验，这整个过程下来，没有五年八年十年，这个产品不可能出来。总之，浮夸广告的药千万不要买，很多都有问题，正派经营的药厂会让客户知道方子里的成分与作用，不会大打广告。

我记得有位余先生，罹患肝病住在某医院，本来肝指数只有三百多，他去买广告的肝病药丸吃，一吃肝指数升到八百多、一千多、一千六百多，因为那个药丸里有几味药是大苦大寒的药，像龙胆草、栀子、黄芩，这3味药用在实证还可以，用在虚证就不行了。

让肝胆系统健康的措施

面对肝胆疾病，除了注意药物之外，生活习惯更是重要。如果饮食习惯不好或过度疲劳，都会影响肝胆健康。

你一定听过，人最好晚上11点前睡觉，因为子丑时走肝胆经，一定要休息。两千年前老祖宗就说人的血液“卧则归肝”，休息时血液回到肝脏，所以不能太累。

太劳累就要养肝血，逍遥散让人快乐逍遥，还有加味逍遥散，比逍遥散多了栀子、牡丹皮两味药，因为治疗肝病、肝肿瘤、肝硬化一定要用活血化瘀软坚散结的药物，牡丹皮就是活血化瘀的药，属毛茛科植物，与芍药同科，芍药、牡丹连开的花都很像。加味逍遥散里有芍药也有牡丹皮，一般过度疲劳，肝血不足、情绪压抑时，因为逍遥散能清肝理脾解郁，所以很好用。妇科更会用到，尤其更年期时的一系列症候群，就是用加味逍遥散做基础，加一些疏导、缓和、安定的处方。



对症良方

丹栀逍遥散

又名加味逍遥散，载于《内科摘要》中，即逍遥散加入丹皮、栀子各一钱3g。水煎服。功能疏肝健脾，和血调经。主治肝脾血虚，化火生热。或烦躁易怒，或自汗盗汗，或头痛目涩，或颊赤口干，或月经不调，少腹作痛，或小腹胀坠，小便涩痛等。

另外就是用一贯煎，这方子是明朝一位医师所创，里面有养肝血的药如当归、地黄、枸杞，有麦冬、沙参等补肺的药。中医理论认为肝属木，因为金能克木，所以用沙参、麦冬来柔软滋养，另加一味疏导的药。另外，小建中汤、黄芪建中汤、归芪建中汤都有辅助作用。



对症良方

一 贯 煎

一贯煎中生地黄，沙参归杞麦冬藏；

少佐川楝泄肝气，阴虚胁痛此方良。

出《续名医类案·卷十八心胃痛》魏之琇在高鼓峰、吕东庄治胃痛的医案中说：“按此病外间

对症有方

多用四磨、五香、六郁、逍遥、新病亦效,久服则杀人矣;又用肉桂亦效,以木得桂而枯也,屡发屡服则肝血燥竭,少壮者多成劳,衰弱者多发厥而死不可不知。”“高吕二案持论略同,而俱用滋水生肝饮,而予早年亦用此,却不甚应,乃自创一方,名一贯煎,用北沙参、麦冬、地黄、当归、杞子、川楝子六味出入加减,投之如应桴鼓,口若燥者加酒连尤捷,可纯治胁痛吞酸吐酸疝瘕,一切肝病。”

方由北沙参、麦冬、当归身各三钱各9g,生地黄六钱至一两五钱18~30g,枸杞子三钱至六钱9~18g,川楝子一钱半4.5g组成,水煎服。功能滋阴疏肝,主治肝肾阴虚,肝气不舒证。胸脘胁痛,吞酸吐苦,咽干口燥,舌红少津,脉细弱或虚弦。亦治疝气瘕聚。为治疗阴虚气滞而致脘胁疼痛的代表方剂。临床以胁肋疼痛,吞酸吐苦,舌红少津,脉虚弦为证治要点。由于本方中滋腻之药较多,故有停痰积饮而舌苔白腻,脉沉弦者,不宜使用。

肝胆病治疗的其他几个方子

肝胆疾病如果很明显是胆的问题,就从胆治疗。以胆结石来说,可用大柴胡汤、小柴胡汤,四逆散有时候也用得上;对肝气郁结,四逆散也很有效。四逆散有四味药:柴胡属伞形科植物,有舒肝气、促进胆汁分泌的效果;还有甘草、枳实、芍药,芍药和甘草都是很好的止痛药。



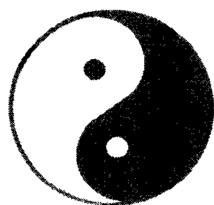
对症有方

四逆散

四逆散里用柴胡，芍药枳实甘草须，
此是阳郁成厥逆，疏肝理脾奏效奇。

出自《伤寒论》，文谓“少阴病，四逆，其人或咳，或悸，或小便不利，或腹中痛，或泄利下重者，四逆散主之”，为调和肝脾之和解剂。由炙甘草6g、枳实（破，水渍，炙干）6g、柴胡6g、芍药6g组成，上四味，捣筛，白饮和服方寸匕，日三服。能透邪解郁，疏肝理气，主治阳郁厥逆证。手足不温，或身微热，或咳，或悸，或小便不利，或腹痛，或泄利，脉弦。肝脾不和证。胁肋胀闷，脘腹疼痛，脉弦等。临床以手足不温，或胁肋疼痛，脉弦为证治要点。现代用于治疗慢性肝炎、胆囊炎、胆石症、胆道蛔虫症、肋间神经痛、胃溃疡、胃炎、胃肠神经官能症、附件炎、输卵管阻塞、急性乳腺炎等，属肝胆气郁、肝脾（或胆胃）不和者。

第5篇 中风与其他脑部疾病



● 小方治病

☞ 中风急救扎针放血

● 保养提示

☞ 少生气可以不容易中风

☞ 预防中风就不要摧残自己

☞ 碰到人中疔要谨慎处理

☞ 睡莲科植物很棒

● 医生借鉴

☞ 麝香通窍效果好

☞ 扎针是治疗中风的很好辅助方法

☞ 中风的治疗各阶段有不同的处方

☞ 中医左血右气的治疗观念

☞ 小孩抵抗力弱易感冒并有营养吸收障碍，可用玉屏风散加小建中汤

☞ 中西医配合，对中风病患比较有利

【医案】中风

病历号码:42766

姓名:黄□□　　1927年11月20日生

初诊:2003年3月6日

主诉:中风,半身不遂,左手痛,行动坐轮椅,消瘦,口腔溃烂

患者因为中风,须依赖轮椅,消化吸收不良,形体消瘦,口腔又溃烂,本着"急者治其标,缓者治其本"的原则,初诊以甘露饮、连翘、远志、竹茹、怀牛膝、薏仁、骨碎补、续断治疗其口腔溃烂。

3月20日二诊告知,口腔溃烂已改善,但大便不成形,所以本诊就针对中风治疗。以柴胡龙牡汤、佛手散、远志、丹参、竹茹、柏子仁、延胡索治疗。柴胡龙牡汤主之,胸满、胸中烦闷、烦惊,就是情绪不稳,不能自转侧就是运动神经不利,而佛手散可活血化瘀,虽然才二味药,但对扩张血管及止痛有很好疗效。一般会用四物汤,但四物汤内的地黄黏腻,应该照古法炮制,可惜现在很难找到九蒸九晒的熟地黄,如真照古法炮制,价钱差到九倍,但放50年都不会坏。现在虽然不贵,但耗费人力的成本,远远超过药材本身。用远志是通窍,竹茹是通络,柏子仁安神,和竹茹同用可安神又化

痰,丹参活血化瘀,延胡索止痛。

4月10日三诊,陪诊的儿子说已可从轮椅下来走路,并到附近公园散心聊天,但因糖尿病未能忌口,喜欢乱吃,之后就旧病复发。无独有偶的是,他弟弟也中风,本人未亲来看诊,是由黄某某的儿子来代诉症状,我以同样处方加减后,也很神奇的能从轮椅站起。

谈到这里,我想起一个病例,1991年左右,我定期到苗栗头份佛光道场演讲并义诊,当初促成这件事的是苗栗客运头份站站长邓焕祯先生,当时有两位中风病人,一女一男,女的坐轮椅,用节假日就诊,我也是以柴胡龙牡汤为主,加开窍醒脑、通窍化瘀的药,结果只服一次就能站起来走路;半个月后,即11月12日由亲友从头份陪同来诊时,已不用支架,只须家人扶持来中和诊所,才服两周就有惊人效果。之后我每到头份讲座及义诊,她都会向前来问我:"认不认识我?"

激发求生意志

从患者内心找力量

另一男患者,年岁较高,但因照顾的人多,我开玩笑说,应该放到野外,让他求生,病就很快好,虽然不人道,却符合《孙子兵法》"置之死地而后生"的法则,因为没人照料,他上厕所、吃饭就会发挥人类潜能,反而病好了一半。

有一年崔玖教授的丈夫彭先生,因中风用针灸配合气功治好,所以在大学活动中心连续举办十余场有关中风防治讲座,我也应邀演讲。当时台湾荣民总院康复科康复师曾调查过,发现一切生活起居都须照料的病人,康复几率

低,因为饭来张口茶来伸手,当然不易复原。

《内经》针对癫狂、精神分裂,认为可治之以铁落,并节其饮食,所以针对精神分裂、癫狂者,不让他吃喝,三五天乃至七天,到人类生命极限,就没力气癫狂或精神分裂、躁怒,而有气无力、懒洋洋了,但是现在谁忍心这样做?

不要错过最佳治疗时机

我们看过很多中风的病人,几乎都错过抢救的黄金时刻,一位台大土木系二年级张姓小男生,因打篮球导致头部撞伤,当场昏迷,虽电召119救护车,但因台大校园为了防止车辆在校区高速行进,在路面铺设加高的骆驼峰,119救护车只好慢慢行驶,辗转送到医院,小男生已成植物人。过了一年半,小男生母亲带着V8自行拍摄的状况影片来找我诊断用药,到2004年3月就满四年。他父亲是逢甲大学教授,为人父母谁不心疼?何时奇迹出现不得而知,但我强调的是黄金时期的抢救错失,往往造成严重后果。

有位季小姐的弟弟,车祸送台大医院紧急开刀,当天是3月28日,手术同时,季小姐就告诉我症状伤势,我开方并在当天服下后,当日在加护病房的弟弟,竟然能用手摸自己鼻子,让医师护士感到不可思议,这就是黄金时期抢救的重要性。也如同香港凤凰卫视刘海若,在英国出车祸,同行3人,两人身故,幸凤凰台卫视老板评估,刘小姐虽然不太有希望,但不放弃,辗转送中国大陆北京宣武门医治,配合中药、针灸,总算意识逐渐恢复,并从坐轮椅、独自站起、行走,春节并由大陆返回台湾。当时很多媒体报导她车祸脑死,但主治的凌锋大夫说她只是重度昏迷,可能是在治疗过程使用激素或抗排斥药,导致身材胖肿,这就是把握每一抢救环节,才能让全世界瞩目的车祸伤者,奇迹式的生还与痊愈。

中风并不可怕,怕的是留下后遗症,根据我们的电脑分类统计,2002年脑血管疾病及后期病变人数有148人,2003

年有132人，大家不可不慎。我还是呼吁社会大众，应该注意饮食、生活等保健，罹患脑血管病变机会就会降低。

中风的成因

中风可分两大类，一是“外中”，就是由感冒风暑湿燥寒火所引起；一是“内中”，与喜怒忧思悲恐惊等情绪变化有关，有些人爱生气，一生气血压就升高，就容易引发中风。所以，预防中风要少生气，培养良好的个性特征。



另外，中风又分阻塞性中风与出血性中风。出血性中风，通常都来势汹汹，人明明好好的，可能“咚！”一下就倒下去了；阻塞性中风是渐进发展的，开始头会晕，颈椎会僵硬，手会酸麻，然后感觉头晕脑胀的，脚有点轻飘飘等，都有先兆。如果自己多观察体会的话，警示红灯早就已经亮起；但很多人自己没观察、不重视也不注意，到发生了以后，才在懊恼：为什么那么倒霉？为什么会发生在我的身上？那也没用。



事实上，人体有很多警报系统，老早就会发出警告，但自己不重视，还在熬夜，还在抽烟，还在喝酒，还在摧残自己，最后当然中风就发生了。不良生活方式是中风形成的一个重要因素。

会中风和脑血管本身的改变有关。人年纪大后，脑血管本身比较硬化，比较没有弹性，受到饮食或情绪心理的刺激，就容易导致血管破裂，因为血管壁愈来愈厚，很多东西会沉淀阻塞，就形成两个大的状况：出血和阻塞。中风如果影响到语言中枢，就不会讲话；影响到听觉中枢的话，听力就发生问题；影响到视神经，眼睛就看不见了；而绝大部分是影响到运动神经，所以会出现口眼歪斜、半身不遂。

由于中风破坏人体运动神经较多，且都出现在大脑，所以当然要用活血化瘀、通窍醒脑的方法。

中风处理的方式

如果是刚中风，比较好处理。我大嫂的弟妹住在苗栗大湖，中风后送到某大医院已昏迷不醒，开刀以后发现脑血管阻塞，有积水现象，照现代医学处理方式就要用引流管，把积水引出来。要知道，如果引流到外面可能引发细菌感染，变成脑膜炎，然后就昏迷，她昏迷了整整有半年的时间。西医根本束手无策，一有脑积水症状就用引流管，也不管病患其他身体状况。

中医治疗中风疗效可观

结果我大嫂想到：千千万万的人都来找张步桃看病，为什么不能把弟妹也接来让他看？我大嫂的住家离我坐诊的地方只隔一条马路，我到大嫂家里帮她看了两次，开了药给她吃。每一次吃药的时候，加些麝香进去，因为麝香是所有通窍的药里面反应效果最好的，有通窍醒脑作用。病患吃了以后，有一天亲友在她身边聊天，因为总是有些人要照顾她，有些人来看她，他们讲着讲着，就说这个人从小被当作童养媳，生活很辛苦，她有一个儿子，相当有出息，念到博士，还在花莲师院当教授，说她一生辛苦，正要享受晚年的时候，发生了这种事情。



没想到躺在床上的她，听着听着眼角就流出泪来，可以肯定她的意识已经苏醒。后来她慢慢地竟然能够起床、能够坐轮椅了，慢慢地轮椅也不用了，已能行动自如，生活起居全部可以自己照料了。遗憾的是，后来有一天她又摔倒，从此一病不起。

我处理过脑中风的病例也挺多，一般多是用活血化瘀、开窍醒脑的药。新竹一位黄先生才神奇，他本身有糖尿病，糖尿病引起脑血管中风的比例特别大，这位黄先生，来就诊吃药第二天，本来坐轮椅的他竟然就可以站起来。只是他

人舒服了一点以后，自己又乱吃东西，所以后来又再度中风，吃了药也还是第二天又可以行动，只是这个人实在屡劝不听，自己不珍惜自己。

中风病的护理要有个度

我后来得到一个结论，有这类脑血管病变的人，照顾得愈周到，康复痊愈的几率愈小。亲友不过分理会的话，他自己求生意念强烈时，痊愈几率愈高。有位计程车司机中风，家里都是一些孩子，他想到他倒下去的话“这些孩子怎么办？家庭生活怎么办？”这种家庭支柱是不能倒的，没人在医院照顾他，手脚不灵活，你说他怎么办？护理人员把饭菜端来，他只能用嘴巴咬都要想办法吃饱。手不会动那嘴巴总是还会动吧？这样子是不是也可以把饭吃完呢？就算会吃到满嘴满脸，起码可以吃饱；要到洗手间不会走，爬总行吧？这样的人，渐渐救治会有可能康复；那些三班制24小时特别看护的，什么事都有人照顾，反而不容易好。这不是我瞎说，前面提过，荣总复健科作过统计，照顾愈周到的，几乎都不会好；没有人照顾的，反而会有求生意念。

某高中一位徐姓英文老师，安徽人，中风以后送到医院，医师就对她说：“你以后会终身残废。”他年纪较大时才娶了年轻太太，生了两个小孩，那时候都还很小，因为中风，老婆就跑了，丢下两个儿子。他想，如果这样倒下去，两个儿子没人照料怎么办，所以就想尽办法克服。他每天都作康复锻炼，人家一天300次，他就作3000次，人家作500次，他就作5000次，比人家多10倍以上，配合扎针吃药，结果19个月以后，竟然可以拿拐杖走路了，3年之后连拐杖都扔了。他回医院去看他原本的主治大夫，医师简直不敢相信。

西医往往很武断，你怎么知道变化会如何？很多中风患者昏迷了十年八年，某天打个雷人就醒了，因为脑细胞会再生，人会昏迷不醒，就是意识中枢受伤，会发生手脚不会

动,是因为运动神经被破坏,会发生不能讲话,就是语言中枢发生了问题。脑细胞再生以后,就好比电线与电话线一样,原本接触不良使你听不见,传导发生问题了,现在神经再生,脑细胞神经再生,接触变得良好,眼睛就看到了,语言中枢恢复就会讲话了。

所以一定要克服,结果3年之后徐老师就逐渐恢复了,之后他自己就现身说法,告诉所有病患,西医是没有办法的,除了开脑,开脑当然也有成功率,但整体来讲,就像崔教授的老公一样,中风西医没有办法,他就配合针灸配合气功,就会走路了。

多元方式辅助治疗



扎针是一个很好的辅助疗法,原理在于,身体受刺激后,引起神经反射,效果真的不坏。不过一般都在刚发生时,或者有后遗症症状时使用,譬如说会肌肉萎缩,我们就一直加以刺激,让肌肉增生新的组织,让它恢复正常活动,扎针的话,神经传导就会反射回到大脑,大脑会分泌内啡肽,进行调整,经调整后功能就逐渐恢复。不过,扎针只是辅助,一定要配合吃药。

至于气功,民间很多不肖者借机敛财,有些每一次发功台币6000块,发功50次,花了台币30万,一点儿效果也没,还说是病太重了,要继续发功,要多发几次不知道,很明显就是敛财。我还听过一个一次收台币2000块的,事实上两千块还是贵的,我曾经被人家作实验,他发功后问我,在中指弯下去触摸到的劳宫穴有没有感觉,我说没有;他换一个合谷穴,问我有没有像一根针扎下的感觉?我说确定没有感觉,大概就这样沉默了几分钟,对方也不晓得该怎样下台,我告诉他,其实我是一个麻木不仁的人。

此话怎说?因为我从1957年就开始喝酒,已经整整喝了四十多年,而且喝的都是烈酒,如陈年高粱。我曾经开鼻

中隔弯曲,在空总开的,还没有开刀之前护士到我病房里面帮我打麻醉针,打完了以后,推来一部轮椅车叫我坐上轮椅,我说干什么?她说你打了麻药若不坐轮椅,等一下万一你昏倒怎么办。我说免了,我自己走路,我说不要你推,我就一直走,走到手术房。走到手术房以后上了手术台,把我的脸蒙起来,把我的手脚绑起来,开始要动刀了,就问我说,有没有感觉啊,我说有啊,既然打了麻药了,吃了麻醉药了,问我有没有反应,有没有感觉,我竟然还会回应。痛不痛?我说痛,最后把左边的软骨切除的时候,我说很痛,把他们都吓呆了,因为喝了烈酒,麻药都失灵了。

又有一次我左肾要作体外震波碎石,这个麻醉师是德国留学回来的,他本来只是准备帮我作半身麻醉,我就告诉他半身麻醉你可能摆不平,他不相信。他拿着一枝压舌板一样的竹板,前头绑着一个棉花棒纱布在我身上擦拭,问我有没有感觉啊?我说有啊,他吓呆了,我说我老早就跟你讲了,你作半身麻醉是没有用的,要作全身麻醉才有用。结果就给我补打麻药,剂量调整作全身麻醉,所以变成我的剂量比别人还要多。为什么现在麻醉师不太有人愿作,因为他是按照你的年龄体重身高施打麻醉的剂量,像我这样子可能造成麻醉药剂量过量,很多当场就挂掉。

如果采取扎针,现在都用一次性的针,感染肝炎等的几率比较小,我们扎针现在一般都是用拍打式的,“啪”就进去了,传统式的捻针、提插等,很多年轻医师,没有那种概念也做不来。我有一个学生姓卞,学了两个月就帮人家扎针,有一回被扎的是师大的一个教授,一扎就晕了。我那学生很紧张,因为不会晕针处理,就立刻通知患者女儿,她住在新店,他女儿一看到爸爸昏迷,就只撂下一句话:“我下三辈子都不会相信你中医了!”一粒老鼠屎坏了一锅粥,他只是学了两个月针灸,也不是中医,这样一来一竿子打翻一条船,这是很不公平的,但也是挺困扰的。

中风的治疗处方

防风通圣散治高血压中风及其他病证

防风通圣散这个方为刘河间先生所创制，他主张人之所以会生病，皆因火而起，也称为主火派。主火派者多喜用寒凉药，如大黄、芒硝等攻下剂，因此又称为攻下派。除了最典型的代表防风通圣散外，泻火剂中的凉膈散也是。

对症有方

防风通圣散

防风通圣大黄硝，荆芥麻黄栀芍翘，
甘桔芎归膏滑石，薄荷芩术力偏饶，
表里交攻阳热盛，外科疡毒总能消。

出《宣明论方》，为解表攻里之表里双解剂。由防风、川芎、当归、芍药、大黄、薄荷叶、麻黄、连翘、芒硝各半两各6g，甘草二两10g，石膏、黄芩、桔梗各一两各12g，滑石三两20g，荆芥、白术、栀子各二钱半各3g组成，上为末，每服二钱(6g)，水一大盏，生姜三片，煎至六分，温服。（防风通圣丸，除滑石外，余药粉碎成细粉，过筛，混匀，用水泛丸；另将滑石粉碎成极细粉包衣，打光、干燥）。能疏风解表，清热通便，主治风热壅盛，表里俱实证。憎寒壮热无汗，头目昏眩，目赤睛痛，口苦舌干，咽喉不利，涕唾稠黏，大便秘结，小便赤涩，舌苔黄腻，脉数有力。并治疮疡肿毒，肠风痔漏，鼻赤隐疹等证。感冒、头面部疖肿、急性结膜炎、高血压、肥胖症、习惯性便秘、痔疮等，属风热壅盛，表里俱实者，均可治之。虚人及孕妇慎用。

防风通圣散原本就从凉膈散扩充而出,凉膈散则由调胃承气汤衍化而来。简单说,防风通圣散由调胃承气汤之大黄、芒硝、甘草,加连翘、栀子、黄芩、薄荷后为凉膈散,再加防风、荆芥、麻黄、川芎、当归、白芍、白术、石膏、桔梗、滑石而成防风通圣散。本方中,防风、荆芥、麻黄可解表;川芎、当归、白芍为四物汤,补血;大黄、芒硝、黄芩、石膏、薄荷为解热剂;栀子可消炎、泻火;连翘则可抗病毒。

所以说,防风通圣散为足太阳阳明表里血气药。防风、荆芥、薄荷、麻黄,可轻浮升散、解表散寒,使风热从汗出而散之于上;大黄、芒硝破结通幽;栀子、滑石降火利水,使风热从便出而泄之于下;风淫于内,肺胃受邪,桔梗、石膏清肺泻胃;风之为患,肝不受之,川芎、归、芍,和血补肝;黄芩清中上之火;连翘散气聚血凝;甘草缓峻而和中;白术健脾而燥湿。如此上下分消,表里交治,于散泻之中寓温养之意,所以汗不伤表,下不伤里。

一般虽将防风通圣散列为表里之剂,但在临床上,很多都用以治疗因高血压引起、有表里症状者的中风病患。表症即为受风、寒、暑、湿所侵后,出现惧冷、发烧、头晕目眩、眼睛充血、易鼻塞、口苦舌干、喉痛、流鼻涕,痰黏稠、咳嗽等症状;里症则为尿赤、尿量少、便秘等。

另外,因为方中有解表之药,故可治疮疡肿毒、丹斑隐疹(如皮肤病、青春痘等,但患者体质必须属壮实型方可)。也可用于跌打损伤、瘀血便血、肠风(痔疮、便红)痔漏,手足瘛疭(手脚抽筋)、惊狂谵妄(精神类疾病)。

本方加人参可补气;加熟地可益血;加黄柏、黄连可除热:加羌活、独活、天麻、细辛、全蝎可祛风(治疗破伤风、脑膜炎);自利去硝黄;自汗去麻黄、加桂枝;涎嗽加姜制半夏;而除大黄、芒硝,名"双解散",具解表、解里之效。因高血压而出现表里症状之中风病患,在临床上都会有便秘、尿赤、午后额骨处潮红、头晕、脊椎僵硬、血压偏高等现象,这

些都可以用防风通圣散治疗。

这个方甚至可以治疗女性经期障碍。曾有一陈姓女子，体胖，一两年未曾来经，脸上长满青春痘。后以防风通圣散治之，两个月后即来经，而脸上之青春痘在经期正常后也已全部消失。

清震汤治脑积水

脑积水，西医就一定要开刀用引流管，但是引流向外，就容易感染变成脑膜炎，如果引流向内，就造成局部的不平衡现象，人就会晕，就会呕吐等。中医只用荷叶、苍术和升麻三味药，就能够把脑积水消除掉。



对症有方

清　震　汤

清震汤治雷头风，升麻苍术两般充，
荷叶一枚升胃气，邪从上散不传中。

方载于《卫生宝鉴》，在《保命集》中原名升麻汤，为泻火之剂，足阳明药。由升麻一两6g、苍术一两9g、全荷叶一张组成，水煎服。能升散风热，燥湿运脾，适用于雷头风，头面疙瘩肿痛，憎寒壮热，形如伤寒。

有一位1948年出生的翁先生，脑膜炎开过九次刀，开完后就呈现意识昏迷状态，他的同学林先生来告诉我，说因为他开了脑后造成脑积水，意识昏迷了，结果我给他吃了一个星期的药，反应非常好，到第二个星期，整个脑积水都消掉了。



这药非常简单，只有3味，第一味是池塘里的荷叶。大家不要小看荷叶，荷叶有活血化瘀的作用，再者荷叶会往上提升，因为颜色是青色的能入肝经，形象八卦的震卦，所有

睡莲科的植物对人类都有很好的作用。至于莲子，是一种非常高营养的食物，可说是营养补品，现在生产量多了，在几百年前，吃莲子是高级享受，现在因为很便宜，一斤才台币百来块钱，所有的人都吃得起，都不稀奇了。荷叶一方面可以化瘀又可以上升，引药到大脑来，脑部有瘀血或血管有阻塞，就可以利用荷叶把它清除掉。

这个方剂名称叫清震汤，清就是清空的意思，有一个方叫清空膏，就是治脑部的毛病，清就是清我们的大脑，震就是刚刚讲的荷叶就像震卦。

第二味药就是苍术，苍术是菊科植物，和白术都属菊科，事实上是不一样的植物。菊科植物对肝胆有非常好的作用，所以要强化肝脏功能，平常就可以找寻这些菊科植物的食物或药物，来增加肝脏的功能。莴苣、红凤菜、牛蒡、蒲公英都是菊科的植物，早年的杀虫剂叫除虫菊，也属菊科，除虫菊是天然的植物，能杀虫，对人体也不会有任何的伤害。

最后还有一味叫升麻，升麻属毛茛科植物，是解毒的药，有上升的作用，所以升麻的上升，配合苍术，能够把我们体内的渗出物，包括大脑，体腔里的任何部位，尤其是肠胃，有过多的水分，苍术就有本事吸收吞噬掉，如果大家有兴趣的话，去买一瓶苍术回来，把它放着，盖子还是盖着，不要一周，苍术的药粉就会结成硬块，你想想看，连空气中的水分都能吸收，那人体里任何部位的水分它照样吸收掉。

既然已经出现脑积水，就借助苍术把水分吸收掉，借助荷叶把它阻塞的部分化除掉，脑积水就消掉，人就醒过来了。西医有什么办法，除了用引流管外，没有办法，如果引流管引流到外面的话，会引起脑膜炎，很多脑膜炎的人因而昏迷了。

我觉得老祖宗以千百万人的临床实验作基础，吃了会灵光就灵光，吃了会有副作用就有副作用，吃了不适应就一定会有一些症状反应，比起动物实验不知道进步多少。

清震汤为刘河间所创,河间先生的中心思想“主火”,故被称为主火派。他认为人会生病,皆因火盛,而在用药时常以大黄、芒硝等攻下药为主,故又称为“攻下派”。本方主治雷头风(因为头如雷鸣,风动作声)。头风疙瘩肿痛,憎寒壮热,状如伤寒。三阳之气皆会于头额。从额至巅,络脑后者属太阳;从额至鼻下面者属阳明;从头角下耳中耳之前后属少阳。李东垣曾云:病在三阳,不可过用寒药重剂,诛伐无过处,清震汤治之。本方之组成药味为升麻、苍术、荷叶。属足阳明药。升麻性阳,味甘气升,能解百毒;苍术辛烈,燥湿强脾,能辟瘴疠;升麻、苍术即局方升麻汤。荷叶色青气香,形仰象震,能助胃中清阳上行,用甘温辛散药升发,使其邪从上越,且固胃气,使邪不传里而见功。

清震汤虽然只有3味药,但治疗功效颇大。就现代人所患的病症中,我觉得脑积水接近雷头风的症状,而在临床运用上,的确也达到相当理想的治疗效果。有一位郑姓小宝宝,出生不到10个月,连续开了13次刀。开脑后,结果压迫视神经,眼睛看不见;压迫到听觉神经,耳朵听不到,然后就变成脑积水。经我辨证后,即治以清震汤加怀牛膝加车前子,消除了脑部的积水,将水引至肚脐处,再用利水药治之,渐见好转。

大秦艽汤治中风后遗症



对症有方

大秦艽汤

大秦艽汤属于祛风剂,主要在治疗中风产生的后遗症。此方由秦艽、石膏、当归、白芍、川芎、生地、熟地、白术、茯苓、甘草、黄芩、防风、羌活、独活、白芷、细辛十六味药所组成。其中,当归、芍药、川芎、熟地、生地为四物汤,茯苓、白术、甘



草则为四君子汤中的三味主药。再详细分析，此方即八珍汤去人参，加秦艽、黄芩、防风、羌活、独活等祛风药，再加上白芷、细辛等止痛药而成。此外，雨湿可加生姜，春夏加知母，心下痞则加枳壳。

大秦艽汤可治中风后运动神经受伤、手足不运动，舌头僵硬、不能言语，及风邪散见，不拘一经者。由于患者体内经脉所行处，都有可能为风邪侵袭、遭破坏。例如脾主四肢，若脾虚血弱、不能荣筋，将使手足不能运动；而舌为心苗，肾脉连舌本，若心火盛而肾水衰，则舌本即显得僵硬。

此外如六经形证：口开、撒手、眼合、鼻鼾、吐沫、遗尿、直视、头摇诸证，皆为中风之象。而大秦艽汤为中风轻者之通剂。以秦艽为君可祛一身之风；以石膏为臣能散胸中之火；而羌活散太阳之风，白芷散阳明之风；川芎散厥阴，细辛、独活散少阴之风；防风为风药的卒徒，可随所引而无所不至。

大致说来，内风皆因外风所诱发，诸药虽云搜风，亦兼有发表的功效。但风药多燥，表药多散，所以说疏风必先养血，解表亦必须固里。故用当归养血、生地滋血、川芎活血、芍药敛阴和血；血一活则风可散而舌本就柔了。而气能生血，故用白术、茯苓、甘草，补气以壮中州（指脾胃）。脾运湿除则手足健。又风能生热，故用黄芩清上解热，石膏泻中，生地凉下。以黄芩、石膏、生地三者共平逆上之火。

由此可见，中医治病除遵照君、臣、佐、使原则之外，还要兼顾事理。由于风药较燥、仅祛风不行；而表药较散，只解表亦不可。故祛风必先养血，是加四物汤之当归、芍药、川芎、生地；而解表亦必固里，故以四君子之白术、茯苓、甘草补气壮脾胃。

在临床上，此方运用相当广泛，也确能见效，尤其用于

抵抗力弱、体质较虚,或所谓虚中络者(指风邪中络而形气虚者)。若有口眼㖞斜、偏废(半身不遂,为中经之证),亦可用此方。

大秦艽汤由于具补气补血之效,故能养血荣筋,为久病者调理。此外,现今社会有许多因中风而不能言语之病例,除大秦艽汤外,在临床运用上,资寿解语汤亦为一疗方。归纳各家处方,通窍药首推麝香,只是该药价昂,非普通家庭所能负担。其次则以远志、菖蒲为主,或其他芳香药物。

总之,脑中风本来就很棘手、不容易治疗,每年皆高居十大死因之列,不过若处理得当,虽未必能个个痊愈,起码也可以使其后遗症减低至最小程度。

中风康复良方

《黄帝内经·素问》有一专章"痹论"谈到:风寒湿三者,杂揉合而为痹。风胜行痹(指游走性神经痛),寒胜痛痹(遇冷病发,且固定于同一部位),湿胜着痹(病痛附着于某一部位,临床上会出现头重、身重、手脚肿胀感)。以现代名词而言,"痹"即神经痛。所谓"痹者闭也"。闭则不通,不通则痛。而中风之后,气血不通,语言、行动功能均受限,临床上可用蠲痹汤、三痹汤与独活寄生汤等祛风药方缓解。

蠲痹汤

蠲痹汤以补气、补血、活血化瘀及祛风为主。

组成为黄芪、当归(补血)、赤芍(活血化瘀)、羌活、防风(祛风)、片子姜黄(止痛)、甘草(缓和以上药味),并加姜枣煎服,属于太阳厥阴药。

因辛能散寒,风能胜湿,故以防风、羌活除湿而疏风。气通则血活,血活则风散,所以用黄芪、炙草补气而实卫。当归、赤芍则活血而和营。姜黄理血中之气,能入手足而祛寒湿,所以临床上多用来主治中风及身体烦痛、项背拘急(颈椎、背部僵硬)、手足冷痹、腰膝沉重、举动艰难的患者。

三痹汤

“三痹”指的即为风、寒、湿。

组成为人参、黄芪、茯苓、甘草、当归、川芎、白芍、生地黄、杜仲、川牛膝、川续断、桂心、细辛、秦艽、川独活、防风等。其中秦艽、川独活、防风可祛风;细辛为热药可祛寒;利湿则有茯苓。若以利湿之药味不足,则可加薏仁、木防己,效果可能更好。本方剂为足三阴药。乃参芪、四物一派补药,内加防风、秦艽以胜风湿,桂心以胜寒,细辛、独活以通肾气。主治气滞血凝,手足拘挛,风寒湿三痹之症。若三痹汤去黄芪、川续断、加上桑寄生,即成独活寄生汤。

独活寄生汤

独活寄生汤为足少阴厥阴药。独活、细辛入少阴,通血脉;偕秦艽、防风疏经升阳以祛风;桑寄生益气血、祛风湿;偕杜仲、怀牛膝健骨强筋而固下;芎、归、芍、地则活血而补阴;参、桂、苓、草益气而补阳。辛温以散,甘温以补,血气足而风湿除,则肝肾强,痹痛可以好转。本方剂主治肝肾虚热,风湿内攻,腰膝作痛,冷痹无力,屈伸不便等症状,因此,对中风后遗症非常有帮助。

虽然三痹汤、独活寄生汤的组成非常接近,都是以四君子汤、四物汤(*即八珍汤*)为基础,但由于独活寄生汤中有桑寄生,一方面治腰膝作痛,一方面可降压,为相当良好的降压剂。在临床运用上,这两个方常被使用于中风后病患之康复时期,有助于筋骨活动,以早日康复。

左血右气

人体左右两半不一样,我们叫做左血右气,左边是主血,右边主气。所以如果你左边血不够就要补血,右边气不够就要补气;左边的血太多的话,我们就泻,右边的气太多,

也一样用泻。虚则补之,实则泻之。

我看过好几个病例,左右两手的温度不一样,颜色也不同。还有一个手指粗细大小不一样的,其中有一个病例,在某大医院看了20年,作过组织切片,找不到任何的原因,我一个星期一定把他看好,太有意思了。我们就是用这种左血右气的观念,来调和营卫,来调和气血,这样一调整,他的症状就好了。

还有的人左边流汗时右边不会流。人体前面正中央是任脉,后面正中央则是督脉,左右两半,左边是合谷,右边也是合谷,但是左血右气,你左边头痛,一定是血液的问题,右边头痛,一定是气的问题。西医就没办法这样看,这是层次和观念的问题。



玉屏风散祛风有效

本剂为朱丹溪先生所创。朱丹溪又名朱震亨、朱彦修,为金元四大家之一。因住丹溪,世人尊称为丹溪翁。他认为人常常"阳有余、阴不足",故主张补阴、养阴,而成养阴(滋阴)学派。他的著名处方如大补阴丸、虎潜丸(现已禁用)等,所用多为阴药。到了晚年,丹溪自觉学说有偏,乃加以修正,以个人体质为依据,玉屏风散即为一例。一般多列为补养之剂,实际上祛风效果特别好。

这个方名曰玉屏风,可见具屏障作用,加上"玉"字,更见强固有力。组成虽然只有黄芪、防风、白术三味药,功效却大。主治"自汗不止、气虚表弱、易感风寒"。仔细分析,黄芪补气固表,白术健脾燥湿,防风祛风,属于足太阳手足太阴药。由于黄芪补气,专固肌表,故以为君;白术益脾,脾主肌肉,故以为臣;防风去风,为风药卒徒,而黄芪畏之,故以为使。因可益卫固表,所以叫玉屏风。

黄芪、防风相畏而更相使,黄芪助真气,防风载芪助真气以周于全身,亦有治风之功。所以医学上记载,许胤宗治

皇太后中风口噤，煎二药熏之而愈。

本方剂不管体质虚弱的大人、小孩都适用，尤其是小孩抵抗力弱、易感冒，或服用西药后出现食欲不振、胃口不佳、盗汗、排便硬且如羊便般成粒状等现象，使得营养吸收出现障碍，抵抗力减弱者，都可以服玉屏风散加小建中汤治疗。



顾名思义，“建中”即建立中焦功能，中焦指的就是脾胃系统。脾胃功能是否强健，须靠后天调养，如能增强后天功能，就能增强抵抗力，减少疾病的发生。

对症有方

小建中汤

小建中汤芍药多，桂姜甘草大枣和，

更加饴糖补中脏，虚劳腹冷服之瘥。

伤寒阴脉涩，阴脉弦，法当腹中急痛，先与小建中汤不差者，小柴胡汤主之。

伤寒二三日，心中悸而烦者，小建中汤主之。

——《伤寒论》第一百零二条、第一百零五条

由芍药（酒炒）六两18g、桂枝（去皮）三两9g、炙甘草二两6g、生姜（切）三两9g、大枣（擘）十二枚4g、饴糖一升30g组成，上六味，以水七升，先煮五味，取三升，去滓，纳饴糖，更上微火消解，温服一升，日三服。能温中补虚，和里缓急，主治虚劳里急证。腹中时痛，喜温欲按，舌淡苔白，脉细弦；或虚劳而心中悸动，虚烦不宁，面色无华，或手足烦热，咽干口燥等，胃及十二指肠溃疡、慢性肝炎、神经衰弱、再生障碍性贫血、功能性发热等属中虚阴阳不和者，可加减用之。阴虚火旺者忌用。呕家不宜用，恐甜助呕。吐蛔者不可用，因蛔得甘则逆上。中满不可用，因甘能填实助满。

除小建中汤外，玉屏风散也可与四君子汤、五味异功散、六君子汤、七味白术散或香砂六君子汤合用，皆有健胃补脾之功。

七味白术散是中国医学史上最有名的小儿科圣手钱乙钱仲阳先生，以四君子汤加陈皮而成五味异功散，加木香、藿香、葛根而成七味白术散。这二方用在肠胃功能虚弱，效果非常显著。不过他特别叮咛，七味白术散需要长期服用，效果才显著。一般肠胃病变，在中医脾为后天，《内经》有云："肾为先天，脾为后天。"所谓后天就是现代医学的免疫系统或功能，由于脾胃功能差，无法消化吸收营养物质，人体免疫功能自然就不足。



对症有方

七味白术散

七味白术小儿方，四君葛根藿木香，
呕吐泄泻腹胀痛，健脾祛湿运化旺。

本方原名白术散，首载于宋代名医钱乙《小儿药证直诀》中。由人参(或党参)、白术、茯苓、甘草、木香、藿香、葛根等七味药组成，特为小儿脾虚泄泻而设。能健脾止泻，可补脾胃，解虚热，止呕吐，止泄泻，发热、口渴、精神疲倦，亦可用于治偏食而觉甜的糖尿病症。或感冒、口渴、下利而气虚，经数周不愈者，亦能奏效。适用于小儿消化不良，感冒而兼肌热吐泻、口渴食少。

钱乙先生《小儿药证直诀》指出，只要肝肾的问题，就会用六味地黄丸；心脏问题的实证用导赤散，虚证用强心剂；肺脏实证用泻白散，虚证用补肺阿胶散；肠胃消化系统就用五味异功散或七味白术散。这二方到目前为止，已有千百年的历史，仍然是临床医师乐用的处方。

中风，扎针最能救急

有位谢先生，因为颅内压突然升高，使得他的蛛网膜下腔出现出血现象，假定当时他的司机先生懂得急救的方法，可以立刻给他10个井穴放血。人体所有井穴都在我们手脚末梢的地方，譬如大拇指是手太阴肺经，手太阴的井穴在少商这个地方，也就是在指甲的指沟边缘，示指是手阳明大肠经，大肠经的井穴在指沟边的商阳穴，中指指沟边的穴道就是中冲，如果没有接触过的话，很难掌握正确的位置，与其这样，不如在十指的正中央——我们叫十宣——找一个大头针扎下。

当然不可能每个人都会带根针，我的话则随时一定会找到一枚针，缝衣服的针，我的口袋里可以说没有一个时刻不带着这一枚针，这一枚针跟着我已经30年以上，针都已生锈了，你问我能不能用？当然可以！擦一擦以后放在火上烧一烧就有消毒的作用，可以在人中的地方下针，可以在十宣的地方下针，可以在耳坠的地方下针，甚至不要下针，就用力掐耳坠子。所谓的放血，并不是一扎，血就流一碗那么多。

一旦出现这种状况的人，他的血根本是不动的，要让他流都没有那么简单，所以你扎了针以后要用力挤压，才能挤出像黄豆粒大的血，这样整个颅内压就缓和下来了，意识就会恢复，清醒过来，赶紧送到医院做紧急处置。

我们一定要有这种观念，碰到紧急状况，即便你有电梯，既然他已经在出血，又再震动他，出血量可能会更多，所以最好做救急的处置，同时打电话通知119派救护车，因为他们有专业的训练，而且用担架比较平稳，这样就会把后遗症减到最低的程度。如果你一看到倒下去了，就急着用背、用扛、用抱的方式处置，留下的后遗症就会比较严重。所以

急救的基本概念我们一定要有。谢先生如此，白景瑞先生也是，他在福华饭店八点多钟出状况，送到医院大概一个多钟头就死了，像这种状况如果懂得处置，说不定他现在还活着。

章孝慈先生也一样，我们台湾与北京的温度一差最少20℃，当时台湾的温度是29℃，北京是零下1℃。第一个温差太大，第二个他拜访朋友很晚回来，没人陪他，因为旅途劳顿，再加上太过劳累，第三个他本身就有高血压的病史，他常常不吃药，靠运动控制血压，当然这是很好的，可是不要忽略本身的病史。当时如果有人陪他，出状况后立刻处置，通知医院派车子救护的话，一定能把后遗症减到最低的程度。

我们的人中是非常好的急救穴，因为：第一，它距离大脑最近；第二，它是整个颜面神经和三叉神经丛的交会点，古代的人是知其然而不知其所以然，认为长人中疔的话常常会致命，有没有道理呢，这是非常正确的，因为这边长了东西，不小心抠动它后，就容易引起细菌病毒的感染，因为离大脑很近，马上病毒就攻进脑膜、大脑，就造成昏迷现象，这种现象用扎针能起立即效用。



现代人的杀手：脑瘤

脑瘤就是癌症，脑瘤如果已经长得很大，当然非开刀不可。如果脑瘤太大，压迫到眼睛就看不见，压迫到语言中枢就不会讲话，压迫到听觉神经就听不到，压迫到运动神经手脚就不灵光，最不乐观的就是长在脑干，因为脑干是生命中枢。

西医理论面对癌症是不要让它转移扩散，我就想问：为什么不想办法培养患者本身的抵抗力，来对抗这种细菌病毒，让它不要再复发。有一个陈先生来找我看病，他本来脑部有癌细胞，在某大医院处理，状况却很不好；来我这边吃药，吃了就状况很好。状况很好之后他就想回台中修养，结

果回台中人家因为不信任中医,要他再到台中的医院再作化疗。这一作不得了了,本来都已经活蹦乱跳,饮食一切都很正常,结果再这么一做,完了,走也不会走,站也不会站。他就觉得生命可能就这样子,自信心尽失,到最后形同自我放弃了,叫他吃药他也不要。

我就建议,想办法把他送到医院,结果他也是拒绝,拖延到后来,家人都准备要料理后事了,后来去检查,他脑部的那些癌细胞,其实都没有任何扩散的迹象。人的生存意念很奇怪,一听到这个消息以后,竟然他就醒过来,就从鬼门关绕回来,也有意念再来看我了。实在是很不可思议,他现在已经同意吃东西了,不吃东西怎会有体力?没体力怎么对付癌细胞?

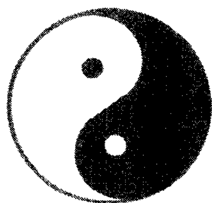
我这里的病例,年纪大的小的都有,小到大概只有一岁多吧,就开脑瘤了。有一个庄小妹妹,小一就开了两次刀,开完之后眼睛就看不见了。我们帮她看好后,升小二又开第二次。我的做法是配合现代医学先处理,再辅以药物。

会晕眩,中医就让你不要晕眩,有个张姓病患开完脑后,平衡感有问题,眼睛有飞蚊症,经过中医诊治后,现在几乎平衡感的问题都没了。治疗平衡感问题我用真武汤,用半夏天麻白术汤;至于飞蚊症,我们就用加味逍遥散、杞菊地黄丸、磁朱丸等方剂。

另外一个曾姓病患,也是开完脑瘤平衡感就出问题,有时呕吐很严重,我最后就会用真武汤。真武汤有强心作用,可以让血液供应到大脑,大脑含氧量充沛,晕眩现象自然就改善,曾先生的状况到现在都很好。目前为止,开过脑瘤的患者,我看过最保守将近数十例以上,反应都还算不错。

现代医学有现代医学的好处,第一可以通过CT、磁共振了解脑瘤的部位,二来可以通过现代的外科手术切除;中医则处在第二线,作为手术后护理,也就是收拾的工作,如果中、西医能够配合,对病患来讲当然比较有利。

第6篇 高血压问题



● 小方治病

☞ 甘露饮治疗各种口臭都灵光

● 保养提示

☞ 多吃海里的动植物会让血管恢复弹性

☞ 胆固醇是必要的，配合运动就不怕

● 医生借鉴

☞ 山楂、决明子、甘草三味药搞定高血压

【医案】高血压

病历号码:85212

姓名:陈□□　　1919 年 8 月 18 日生

初诊:2004 年 1 月 7 日

主诉:高血压,失眠,便秘,后背及腿部常有不明灼热感

患者初诊告知,常因高血压不适而睡不着,便秘就用软便剂,睡觉时背部及双腿又常有不明原因的灼热感,所以不能盖棉被睡觉。初诊以钩藤散、柴胡桂枝汤、元参、地骨皮、柏子仁、桑寄生、怀牛膝治疗。钩藤散是建立在二陈汤基础上,内有石膏,对动脉血管硬化造成的高血压有很好疗效。

一般动脉血管硬化是属于原发性高血压,包括甘油三酯、血脂过高,也就是因人体生理功能变化产生,和继发性高血压不同,举凡心脏病、肝胆、尿毒等处理后,血压就相对稳定下降。我们感受到高血压服降压剂,尤其是男性,效果似乎不理想,且预后影响性功能。

柴胡桂枝汤在很多病案已介绍过,元参能泻无根之游火,地骨皮可治骨蒸劳热。而这位患者背部及腿部常有不明灼热感,睡眠又盖不住被子,很显然就是无根之游火。西医因为找不到真正的

病因，当然无从用药。

1月14日二诊告知，曾因胆结石而切除胆囊，我们老祖宗针对不明原因或往来寒热都归肝胆病引起，而往来寒热不做二选，一定是用小柴胡汤。初诊用桑寄生、怀牛膝是协同钩藤散降血压，所以二诊没有变化，只另加鳖甲，并对胆囊切除造成之不适，加川楝子。

1月20日三诊，只将柴胡桂枝汤换芍药甘草汤，并告知服药后血压明显下降及维持稳定，灼热感也因此消失。

高血压的程度因人而异

我一直不知道为什么规定血压一定要120/80毫米汞柱，哪一个时代开始的，什么人规定的，因为人体实在很奥妙，有很多情况不能以一概全。

同样血压二百多，不降的很正常；降压的成了性无能

有位84岁的张先生，血压始终维持在220毫米汞柱，那是他最正常的血压。老先生住南势角，每天早上骑脚踏车到松山机场打零工，单程要一个半钟头，一天来回要骑3个小时。有一天，他感冒来找我，我一量血压，竟然220毫米汞柱，如果照一般的说法，血管要爆掉了，我就帮他降压，降到200毫米汞柱。第2天他告诉我他受不了，几乎是在腾云驾雾，因为200毫米汞柱对他而言太低了。

36岁的邱先生，30岁时在某医院偶然发现血压有点高，差不多200毫米汞柱，他就很紧张，从头到脚，可以做的、需要做的、应该做的检查都做了，就是找不出血压高的原因。因此开始吃降压剂，吃到第6年，才36岁就已经性功能障碍、性无能，我真搞不懂这是什么治法。

盲目降压有不妥

另外有位湖南人席先生，血压也始终 200 以上，没有任何问题，头不会痛，颈椎不会僵硬，手脚不麻，没有任何不舒服的感觉；唯一有的症状是吃了降压剂后，每天下午三四点颧骨部位就出现潮红现象。这是因为降压剂差不多都是利尿剂，会把身体里的钠离子滤掉，但是它不会只滤掉钠离子，一旦钠离子出去，体内的钾离子、镁离子、钙离子等就一起走，最后导致电解质不平衡。

药吃到最后，有的人手开始颤抖，严重的话甚至不能写字，长年吃镇静剂、安眠药、降压剂的人，到最后可能罹患帕金森症，根据统计，全台湾有将近 5 万个病例，到目前为止尚无法有效治疗。虽然有医院尝试进行脑细胞移植，也完成第一例、第二例，成功率如何，因为没有后续报导，始终无法评估。

原发性高血压

高血压通常分为两大类，一是本态性血压，又叫原发性高血压，乃肇因于体质，从动脉血管硬化，甘油三酯、胆固醇、血脂过高，导致血管出现粥样的硬化现象，使血液循环发生障碍，造成血压偏高。像这类高血压可以通过饮食的方法调整。

改善血压有窍门



我有两个女病患，其中一位 66 岁，血压偏高，容易紧张，常常脸潮红。我只建议她吃炒山楂、决明子、甘草片。66 岁的老太太吃了一个月后，甘油三酯、血脂、胆固醇全降下来，还减了 3 公斤体重。

山楂稍微炒一下，就不会那么酸，如果会便秘就用生的

决明子。山楂是蔷薇科植物，它的某些成分可以溶解血脂，一般小百科常会建议在炖牛肉、猪肉时丢一点山楂片进去，可以缩短炖肉的时间，显然就是利用山楂很容易溶解血脂的特性。决明子是豆科植物，一方面能降压，一方面能明目。一般高血压的人，出现便秘的比例很高，用生的决明子可以帮助排便，又能维护眼睛视力。甘草一方面是在缓和山楂的酸味，另一方面，现在的药理学已经证明甘草含有类固醇成分，不过是天然类固醇，不同于人工合成的类固醇。

另有位60岁的吴女士，儿子是中山医学院毕业的，在某医院担任心脏科医师。她本来是找我看肝胆病的，我只用甘露饮，因为她才坐在我的对面，我就闻到口臭，甘露饮治疗口臭灵光得很，不管是胃病或牙周病或抽烟或熬夜所引起的口臭，甘露饮一吃就改善了。

吴女士GOT是91，GPT比较高约490；吃了两个星期的甘露饮，GOT降到19，甘油三酯从612降到300。最让她觉得不可思议的是，30年来她的血脂从未在标准值260以下，结果降到151。后来她对医师儿子说："你对肝胆病一筹莫展，对心脏病也没什么用！"

杨梅有位徐先生，是已七十几岁的教授，第一次来诊疗时，甘油三酯是902，我用一两个处方做基础，再加刚才那几味药，这样吃了一个星期的浓缩药粉，就降到395。他说以往吃西药吃了二十多年，愈吃愈高，没想到科学中药会有那么大的威力，那种轻松的感觉使他很有信心。

还有位章先生，曾经是兴建曾文水库的总工程师，儿子也是心脏科医师，在美国进修超博士。章老先生由于心脏病造成两脚无力，我就用四逆汤与生脉饮两个汤方加减，现在老先生每天早上从金门街出发，绕台大总校区一圈，然后中正纪念堂一圈，有一天他对他的超博士儿子说："你学这些没什么用，倒不如我听中医的讲课后整理了4大本资料，

你好好研读,可能比较受益。”

饮食也有讲究

诸如此类的案例,多得不胜枚举,其实只要能够改变动脉的弹性就可以有所改善,平常可以多吃莲藕炖汤,莲藕最好是大枝的,我称莲藕为“人类血管的通乐”,血管阻塞有沉淀物,它会清除掉,要不然血管壁变得没有弹性,人一生气血管就扩张,一扩张就容易爆裂,会出现脑血管病变;此外血管壁增厚,血液流通也会受阻,一旦承受太多压力时,血压就升高,所以多吃莲藕绝对有好处。

莲藕之外,所有海里的植物、动物都有软化作用。中医说咸的东西能“软坚”,大家不妨回家做实验,如小黄瓜上撒点盐巴,不一会儿就变软了。多吃海里的动植物如海带、发菜、昆布、海藻、海蜇皮、海参等,会让血管恢复弹性,甚至把血肿块融解掉,不见得一定要吃药。只要让身体恢复正常功能,能正常运作,何必吃药!



对于本态性高血压,我就这样来改变身体的动脉血管壁,配合运动,因为运动会燃烧胆固醇。很多人谈胆固醇色变,事实上胆固醇是维持生命的一项很重要的要素,胆固醇太高是因为不运动,其实只要通过运动就可以把胆固醇燃烧掉,还担心什么!



说到胆固醇就得讲讲食用油。色拉油是一种很值得商议的食用油,根据统计,1987~2003年台湾女性癌症第一名都是肺癌,罪魁祸首就在厨房,也就是食用油。抽油烟机抽得掉所有的油吗?不可能!有一半的油烟,都被煮饭的家庭主妇吸到肺里了,所以现在鼓吹改用蔬菜油、玉米油等,最好是橄榄油。

应该加上适当的运动

其实我们的老祖宗吃动物油几千年,也没有什么问题,

吃植物油皮肤就粗糙。乡下人种田都吃动物油,因为他们运动量够,胆固醇都燃烧掉了,所以很少听说他们有心脏病、高血压,连苍老速度都变缓慢;倒是都市里的人,纵使吃优质橄榄油,四体不动,又有何用。

中药有一方三黄泻心汤,三黄就是黄芩、黄连、大黄,对本态性高血压有相当的治疗效果,唯一的缺点就是吃了后,有些人会腹泻;尤其大黄,如果没有经过酒精萃取,吃了以后会引起肚子绞痛、拉肚子,有人用蒸熟的,就没有生的那些反应。台湾中国医药学院中医系曾经做过此处方的研究,而且在“卫生署”中药委员会年报里有相关报告。

继发性高血压

所谓继发性高血压,是因为其他疾病导致血压升高,如果不先处理引发高血压的其他疾病,一味吃降压药的话,就算吃 100 年也无法使血压稳定。

心脏病会引起高血压,糖尿病会引起高血压,肾脏病也会引起高血压。很多很多的尿毒病患,几乎血压都偏高,肾脏病尿毒所引起的高血压,一般我们叫肾性高血压,心脏病引起的高血压叫心脏病高血压,所以一定要针对这些疾病处理。糖尿病患者一定要降血糖,心脏病患者一定要强化心脏功能,尿毒症病患要想办法改善尿素氮和肌酐,如此,不需要任何降压剂,血压自然就降下来了。光是用降压剂,反而可能愈吃愈糟糕。

会引起高血压的疾病太多了,连肾结石都会。当然还要考虑有没有遗传因素,因为高血压有家族遗传的现象。我在某医院看过一个 30 岁的年轻人,已经吃了 3 年多降压剂,他没有家族遗传,检查到最后才发现肾脏结石,我只看了两星期,他就排出一颗石头。我开的药方是济生肾气丸,

它是桂附八味加车前、怀牛膝，尤其车前能增加利尿的效果。



对症有方

济生肾气丸

出自《严氏济生方》，乃治疗虚（肾虚）实（水湿）夹杂证的名方，是宋·严用和在仲景肾气丸的基础上，加味牛膝、车前子后，制成济生肾气丸。常制成蜜丸口服，大蜜丸每次1丸，或小蜜丸每次9g，或水蜜丸每次6g，均为一日2～3次，温开水送服。药物组成有熟地黄、山茱萸、牡丹皮、山药、茯苓、泽泻、肉桂、附子、牛膝、车前子。能温补肾阳，化气行水。适用于肾阳虚衰引起的水肿，腰膝酸软，四肢逆冷，少腹拘挛，小便不利，大便溏泄，痰饮喘咳，阳痿精冷，消渴等症。肾阴不足、虚火上炎所致的咽干口燥者忌用；表症未解者禁用；孕妇忌服。

中医的"取类比象"和"辨证施治"

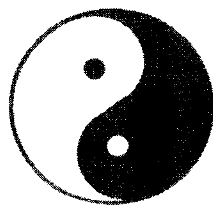
一般我们治疗结石，除了要化石药，一定要用利尿剂。济生肾气丸加猪苓汤，猪苓汤里有阿胶，阿胶是非常好的补血剂，又可以帮助滑动，另加一味鸡内金——有机会到市场去，找到鸡胗把它剖开，你会发现里面全部是石头，你如果能找到一只患结石症的鸡，我给你一万元奖金，它不仅吃石头，连小铁钉也吃，你看鸡有没有胃穿孔？有没有胃溃疡？有没有胃出血？连石头铁钉都能化掉，那肾结石胆结石又算什么！所以结石症，我们就用鸡内金，这叫"取类比象"，就像有人说吃猪肝补肝、猪心补心，吃猪腰就可以补肾脏。另外，如荔枝的外观像男性睾丸，所以它肯定能治男性生殖

器的病，荔枝核是专门治疝气的。

这就如逻辑学的推理，宇宙万物里中空的东西就一定有发散的特质，木贼、麻黄都是中空的，就肯定会发散，实在很有意思，老祖宗拿活人做实验，到最后发现竟然不谋而合。至于鸡内金为什么能化石头，后来人们发现其实内有酵素，小孩子食欲不振，面黄肌瘦，就用鸡内金的酵素帮忙分解食物，食欲就开了。

这位30岁的患者在两周后，结石一排出，血压就从185一路下滑：140、130……，直到有一天他说收缩压只有112，舒张压只有70，所以他之前的降压剂不是吃得很冤枉吗？如果一直吃下去，才32岁就可能性无能，往后的日子怎么过。这样的诊疗推断过程，就是中医所谓的“辨证论治”。

第 7 篇
心脏病证



● 小方治病

☞ 猪心治心脏疾患的偏方

☞ 姜能解芋头毒

● 保养提示

☞ 夏季喝生脉饮茶

☞ 夏天吃姜保养是有道理的

☞ 晚睡为万病之本

☞ 蛋黄油供应心脏血管营养非常好

● 医生借鉴

☞ 百合科的植物大概都有强心作用，如人参

☞ 白及的修护作用好得不得了

☞ 郁金是非常好的止痛药

☞ 从事中医，除了治疗病患之外，还要教化人心

【医案】心脏室中隔缺损

病历号码:57949

姓名:蔡□

初诊:2000 年 11 月 10 日

主诉:心脏室中隔缺损 0.3 公分,食欲不振,容易感冒

患者属于先天性心脏血管畸形,所以有破洞,用《金匮要略·痰饮篇》的木防己汤;针对后天食欲不振,则用五味异功散,另加丹参、远志、郁金、蒲黄。

11 月 17 日二诊告知没有明显反应,所以守前方,11 月 23 日第三诊也守前方,在 12 月 15 日之前断断续续来诊,一直到 2001 年 9 月 14 日,认为我可能还可以给他一线生机而来再次来诊。仍然守前方,9 月 24 日来复诊告诉我,状况渐渐改善,于是去木防己汤,保留五味异功散,加神曲以改善食欲,接下来三诊都如此。

初诊用的木防己汤出自仲景先生的《金匮要略·痰饮篇》,文献记载膈间有水气,面色黧黑(因为心缺氧),用木防己汤,虚证的人,很快就可获得改善;实证的人 3 日复发,去石膏加茯苓芒硝汤主之。木防己汤内的人参、桂枝都有强心作用,木防己有利水作用,另外还有石膏。可是到今天为

止，参考过很多文献，也请教过很多同道，都无法了解为何要加石膏这味药。文献记载木防己汤对室中隔缺损，二尖瓣、三尖瓣脱垂都有很好的疗效。

中医学的“心”

要谈“心”的话，中医的心应该包括两个系统。《内经》里讲心为“君主之官，神明出焉”，这君主为何？君主是发号施令的，也就是最高指挥系统，在君主立宪的国家当然就是指皇帝了；在民主时代里，有的是总统，有的可能是总理；君主是最高发号施令的系统，主神明，就是包括你的思考，所以这边所讲的心是指大脑、心智。另一个指的就是实际心脏的心，解剖学所看到的心。

不同系统的心病，所选用的药材当然不一样。人参大部分用在解剖学看到的心，也可以作用在大脑；连翘入心，但比较偏向实质心脏的心；远志也入心；丹参、川七（与人参同科，它是属于五加科的植物）也一样，都能够强心，强心当然就能供应充沛的血液到大脑，供应到人思考、生命最高指挥系统的大脑这个心。也就是说，往往是二而一，有互为影响的作用。

所以要谈心脏、血管的话，那是解剖学的心，但是要谈脑血管的话就包括思考的、大脑的心，就是大脑了。怎么会这样子不小心——这是大脑的心；胆大心细的心不是你的心很小，而是你的思维很周密，对很多事情的考虑设想很周到，那个心都是指大脑。当然，譬如心绞痛，那就是心脏的心，胸口会闷会有压迫感、会绞痛，甚至会造成呼吸困难、呼吸停止、心脏衰竭，那个就是解剖学的心。所以你的二尖瓣、三尖瓣出现问题，它就会使心脏这个搏动受到影响，这就好像橡皮筋松掉一样。

治疗心的疾病当然也得从两个系统探讨。一是大脑指挥系统，这是下一章要谈的，本章我们专论心脏。



民间有一个专治心脏病的偏方，就是把猪心剖开，清理干净，然后弄一点朱砂、弄一点苋菜子，再用绳索把它包扎起来，或者用线把剖开的猪心缝合好，再放在电锅里炖，炖到整个猪心都熟后，就吃这个猪心，据说对心脏疾患的人有很好的治疗效果。只不过我本身是接受正规中医系统的训练，所以不太使用偏方，我用生脉饮、四逆汤等，又方便又有效。

木防己汤治心脏内膜积水

高雄有一位先生有心脏内膜积水，医院所有的心脏科医师都主张开刀，因为积水如果不定期抽掉，就会发炎，导致昏迷、休克，出现危险状况。有位医师竟然建议他找中医治疗，这位先生就到台北来，我只给他木防己汤。

木防己汤

膈间支饮。其人喘满。心下痞坚。面色黧黑。其脉沉紧。得之数十日。医吐下之。不愈。木防己汤主之。虚者。即愈。实者。三日复发。复与不愈者。宜木防己汤去石膏。加茯苓芒硝汤主之。

——《金匮要略》

本方出自《金匮要略》，为逐水之剂。由木防己三两9g、石膏四两15g、鸡子十二枚、桂枝二两6g、人参四两15g组成，上四味。以水六升。煮取二升。分温再服。能行水化饮，益气清热，方以防己利水，桂枝通阳化气，辛散苦泄，共奏化饮散结之功，更佐以人参益气，石膏清热，为其配伍特点。临床应用以咳喘、小便不利，或兼短气乏力，或兼有发热，为其辨证要点。

木防己是一味药，防己有两种：木防己与汉防己，汉防己属防己科，木防己属萝摩科。木防己汤只有四味药，第一味是木防己；第二味桂枝，桂枝与樟树同科；第三味人参，有强心的作用；第四味石膏，共四味。再加上丹参、川七、木香、郁金、蒲黄，就这样吃。

本来他的血压高压只有六十几，低压几乎听不到，所以医师才准备开刀，因为实在太低了，血液送不到大脑就缺氧，心脏应该把血液送到大脑，结果"马达"一直空转，打不出来，就再加速，所以脉跳到140，正常是72跳，到100跳就很不舒服了。这位先生吃了我一个星期的药后，心跳率降到120，血压升高到九十几，后来复诊2次，总共看了4次。后来我到高雄，他告诉我，所有的心脏科大夫都说不用开刀了。

四逆汤、生脉饮

心脏的毛病太多了，有室中隔缺损、二尖瓣脱垂、三尖瓣脱垂、胸闷、胸痛、甚至缺氧，一缺氧手整个会黑掉。有的孩子一出生就室中隔缺损，整个皮肤都黑掉。

生脉饮

遇到这样的情况，还是用四逆汤、生脉饮，因为人参是强心剂，麦冬也可强心，所有百合科的植物大概都有这种作用，葱、蒜也都是百合科，里面有精油；另一味就是五味子，通常真正热的日子要经过从夏至到秋分，才会慢慢的转凉，10天1个庚日(甲乙丙丁戊己庚辛壬癸)，夏至后第3个庚日就是初伏，再隔两个庚日就是中伏，再一个庚日就是末伏，前后将近60天，夏至是6月21日，加60天就等于8月21日以后，就是处暑，一直到秋分才会慢慢凉爽。夏天人都懒洋洋的，因为出汗出得多，又喜欢吃冰，就会造成湿热

现象;湿一定会重,头部会有“戴钢盔”的感觉,脚很沉重,甚至连晚上睡觉翻身都感到困难,这些都是湿重。

如果做个实验,用冷水洗头,洗完用毛巾稍微擦一下,再到阳台吹吹风,我敢保证,一定有很多人头就开始重重的了。有的人一吃冰冷的东西,脚就胀胀的,这也都是湿。所以夏天人懒洋洋的就泡生脉饮加几片甘草片,当茶喝,不但可以增强心脏功能,充分把血液送到末梢,再正常回流,当然就精神百倍。一吃冰、冷饮,血管就收缩,一收缩就影响血液的供应,当然精神就不好。



四逆汤

至于四逆汤为什么会有威力呢?

对症有方

四　逆　汤

四逆汤中附草姜,四肢厥冷急煎尝,
腹痛吐泻脉微细,急投此方可回阳。

少阴病,脉沉者,急温之,宜四逆汤。

吐利汗出,发热恶寒,四肢拘急,手足厥冷者,四逆汤主之。

既吐且利,小便复利而大汗出,下利清谷,内寒外热,脉微欲绝者,四逆汤主之。

——《伤寒论》第三百二十三条、三百八十八条、三百八十九条

本方出自《伤寒论》。由附子(生用,去皮、破八片)一枚15g、干姜一两半9g、甘草(炙)二两6g组成,以水三升,煮取一升二合,去滓,分温再服。强人可大附子一枚,干姜三两。能回阳救逆。主治少阴病,见四肢厥逆,恶寒蜷卧,呕吐不渴,腹痛下利,神衰欲寐,舌苔白滑,脉微;或太阳



病误汗亡阳。现代常用本方作为对心肌梗死、心力衰竭、急慢性胃肠炎吐泻过多、或某些急证大汗出而见休克，属亡阳虚脱者的急救方剂。真热假寒者忌用。热厥及阳郁厥逆之证，禁用。服药呕吐者，可采用冷服法。

因为它含有三味药，其中一味是甘草，含有天然的类固醇，所以吃多会水肿，可是也不确定多少的量会造成水肿，可以肯定的是，一斤甘草熬一杯水吃了会造成呕吐，所以还是会有副作用，因为你的身体没有需要。老祖宗说中满证忌吃甜食，因为甜的东西会发酵。第二味是附子，属毛茛科植物，也是非常好的强心药；但是附子生用的话有很强烈的毒性，日本有一位研究附子一辈子的专家白井光太郎，想确认生附子累积到多少的量会引起中毒，结果老先生终于中了附子的毒而亡。但是加热过的附子，毒性会消到只剩千分之一，刚好可以发挥作用。

附子与芋头有些类似，但两者不同科，芋头属天南星科植物，所有的天南星科植物最怕生姜，削芋头手会痒，擦姜片就会改善，或用盐巴搓一搓，痒的感觉就好了，再者没有煮熟的芋头，只要像花生米那么小的体积，吃下去的话，半个钟头后，就会发不出声音，它会让你的咽喉麻痹紧缩，碰到这个情况就赶紧喝一杯姜汤，因为它能解芋头的毒。附子的情况也类似，加热 40 分钟后毒性大概只剩千分之一。老祖宗用人做实验，你拿小白鼠做实验，它会告诉你有什么感觉吗，而且小白鼠的基因、染色体和人毕竟不同。

附子其实是非常好的强心剂，尤其是生附子，与甘草搭配时，甘草能缓和它的毒性；干姜是姜科植物，嫩姜没什么纤维质，腌过的嫩姜很开胃，食欲不振，胃口不开，一点点姜就能帮助你，反胃想吐，吃点姜就好了，因为姜的辣素会到

达大脑延髓的呕吐中枢,抑制呕吐感。在临床上,半夏和生姜是止吐——包括怀孕的呕吐时一定会考虑到的药物,没有半夏就一定要有生姜,没有生姜就一定要有半夏,姜半为止呕吐的圣药,是老祖宗经过千百年经验得出的结果。干姜是强心的药,又是非常好的止血剂,所以如果心脏瓣膜闭锁不全,也可以用。

加上白及更好



再加上一味药,白及,属兰科植物,白及的修护作用好得不得了,简直不可思议。白及、石斛、天麻也好,这三味药都是兰科植物,脆脆黏黏的,学国画的人要用红色的颜料时,就到中药店买朱砂,顺便买白及,用白及磨朱砂,画在画布上,就算画布泡水,那个颜色都不会掉,考古挖出来的古物,经过两千年那些画作如新,不可思议啊! 所以啰,心脏瓣膜缺损,白及就可以帮忙修补。

有一位黄小姐耳膜破损,吃了我开的药,两个月后到耳鼻喉科回诊,医师都认为不可思议。这有什么不可思议的呢? 因为你没走进中医之门,就总觉得很神秘,其实不但不神秘还很科学,因为每一味药我们都清楚它属哪一科,它的成分,它在人体里会产生什么样的机转,绝对不是黑箱作业。只是因为有些老一辈的医师无法说出个所以然,所以传统医学才会蒙上一层神秘面纱,其实我们只是在印证老祖宗两千年前的归纳、整理、发现而已,现代医学却尚未能超越、突破,所以老祖宗真是不得了啊。

开刀不如服中药

多年前我在社会大学高雄分部授课时,一位心脏疾病患者住在高雄荣民总院,有血压不稳定、二尖瓣脱垂、室中隔缺损症状,我当时开了木防已汤,请他就近向药房购买。

结果他家属找遍高雄大小诊所医院，竟然没有木防己汤，不得不坐飞机来台北，找我卖他几罐粉剂，让我感触很深。这位患者服用木防己汤后，瓣膜脱垂现象改善很多。

中药治疗让畸形儿免受开刀之苦

还有一位1997年出生的小女生，一出生就出现两个棘手也令父母焦虑的症状，一是心脏破了一个米粒大小的洞，第二是眼球全是白色，没有瞳孔，没有黑眼珠。根据林口长庚儿童医院检验报告，是因为第十八对染色体变异，变异的原因不得而知。这位患者妈妈很自责，想说会不会是因为怀孕时，饮食不当造成的，经过多年服用木防己汤、生脉饮、丹参、远志、白及、郁金等药治疗后，心脏破洞由米粒大小修补到针尖大小，眼球也逐渐出现黑眼珠，虽然离坐、站、行、说话还不知道多遥远，总算是好些了。所以生下畸形儿，父母真是辛苦。

这位蔡姓幼儿患者的父母非常感谢我，原因是医院建议开刀手术治疗，让他们心里自责挣扎，试想一个未满周岁婴儿，竟要承受手术之苦，怎能忍心。所以决定用我们老祖宗的方法，找我们中医治疗，疗效顺利满意，也不得不佩服老祖宗的智慧。一些喜欢批评中医不科学的人，不知中医才是真正超科学。木防己汤可加白及，因为白及黏着性强，对心脏破损或胃溃疡都有修补作用。

开刀搞不定还得靠中医

有位康老太太，八十几岁，开了大概五六次刀，都没有用，呼吸很困难，无精打采，因为人是靠气血活命，气不足，说话就有气无力，血不足当然会影响到气，气与血事实上互为影响，有相辅相成的作用。康老太太吃了药以后，精神、体力、说话、脸色、气色都很好。像二尖瓣、三尖瓣出问题，室中隔缺损等，我用木防己汤的机会比较多；心脏本身无

力,开过刀,我用生脉饮,效果不错。就像夏天为什么会中暑?因为出汗太多,汗为心液,出汗太多会导致脱水、心脏衰竭,可以用生脉饮预防中暑;如果已经中暑,就用白虎加人参汤。

我还记得有个病例,那是某国小连校长的母亲,八十几岁,本来要去某大医院开心脏,不过连校长陪着老妈妈来我这里,吃了我开的药后,竟然到现在6年多了不用再开刀。后来连妈妈竟然还埋怨我,因为她没开刀后,吃了药,人长胖了,身体也壮了,害她原来很多衣服不能穿,到今天为止,连老太太的状况都相当不错。

较近的案例也不少,在2003年春节前那几天,有一位李老先生,1924年出生的,他有两根心脏血管阻塞,好不容易安排到大医院,医院就打算开刀把血管阻塞的地方打通,没想到才开第一条心脏血管,血就从口腔喷射出来。因为他女儿及女婿都是我的学生和病患,手术那天女婿正好在我这边上课,我让他带了些药回去,服药到5天后就出院了,血当然是止住了。我学生说:"如果不是你开了处方用药,大概我们全家都要在这家医院过年了。"后来我再帮李老先生看了两三次后,他就可以开始打麻将了;想当然耳,这80岁老翁还敢去动第二次血管的手术吗?

李老先生的处方,我也是用生脉饮、四逆散、元参、川七、远志、蒲黄、郁金。胸口会痛用郁金、木香;开刀当场血液从口腔里喷出来,我就用些止血的药,四逆散这个方有四味药,四逆汤只有三味药,四逆汤属热,因为有附子、干姜,四逆散是凉的,因为有枳实、芍药、柴胡、甘草。四逆散加白及,白及是兰科植物,和天麻、石斛一样,所有的药物中白及黏着性最好,是一味非常好的修补的药,所以说破洞如室中隔缺损,就一定会用到白及。

强心的其他方子

四逆汤出自于《伤寒论》作者张机，又名张仲景，与华佗为同期人物。四逆汤的“四逆”，指的是“四肢厥逆”，也就是四肢的血液循环不好，手脚冰冷僵硬的意思。它含有甘草、附子、干姜三味药。甘草为豆科植物，经药学专家实验证明，含有类似类固醇的成分，属天然药物，但是过量服用的话，也会出现水肿；附子为毛茛科植物，因为有剧毒，所以必须先炮制、煎煮后服用，一般经过40分钟到1小时煎煮，可以消减毒性到千分之一。附子具有强心作用，可促使血液不断输送，维持正常功能，但属大热药，极适合寒证之人使用。干姜也是热药，可温寒并增加热能燃烧，一般来说，生姜具发散作用，干姜则可温中兼强心，与附子配合更见功效。

在临床上，四逆汤主治脉沉、厥逆等证，因为可治危、急、重症，所以也可治心脏衰竭或休克，对心脏血管与心肌梗死之病变、心室中隔缺损都有疗效。

当然，强心的方式很多，需要仔细辨证施治，例如：心脏无力，没办法把血液输送到四肢末梢，造成手脚冰冷者，四逆汤就很好用。如果是本身的血液不足，可以用当归黄芪补血汤。如果是心脏血管阻塞，则可以用活血化瘀的药如丹参、川七等。

除了生脉饮、四逆汤对实质心脏发生作用外，像真武汤、附子汤，有附子成分组成的方剂等，基本上都有强心作用，因为附子本身就是一种强心的药，对于心脏衰竭的人，它能够让心脏加速跳动，恢复正常的心跳，达到挽救心脏衰竭的效果。

一味丹参功同四物

沙鹿高中前校长姜吉甫先生，78岁时已经开过7次心

脏，做过5次气球扩张术，也就是在心脏开刀后，用气球把血管撑起来，以利血流通过。但是人体内是有压力的，脑内有脑压、眼睛有眼压、耳朵有耳内压，在心脏当然也有血压。医院的心脏科主任当时判断他血管内的气球，不到3个月就会破掉，所以才连续开了7次心脏，做了5次气球扩张术。有一回我到台中社会大学上课，讲授“生活中医教学门诊”，姜老先生就参加这个课程。我开给他四逆汤和生脉饮加丹参加川七。

丹参是非常好的活血化瘀的药，属于唇形科的植物。大陆发展中医到现在，研究成果非常丰硕，他们萃取丹参的成分作成注射液，直接打在穴位上，也可以做静脉注射。

台湾的几家大医院常常是一床难求，你有机会到大医院看看，连加护病房外面都是一排的病床，院方标榜占床率百分之一百多，但是这些病患常常一进去就出不来，或从别的门出来。大陆方面就很厉害，中风患者抬着进去，第二天就自己可以走出来，你看看，简直差异太大了，这是因为患者一进去就以丹参做静脉注射、穴位注射，人就醒过来了。前些年他们开发了冠心一号、冠心二号，冠就是冠状动脉，其中最主要的成分就是丹参。另外药学专家说，丹参一味就可比美四物汤，所以有一句话说“一味丹参功同四物”，四物汤大家都听过，我不迷信，但我用丹参用得很多，它是很好的强心、活血、化瘀的药，可以把心脏血管的阻塞打通、融解、清除掉。

再来就是川七。川七又叫田七，大家都听过云南白药，里面最主要的成分就是川七，它与人参同科，属五加科，大家知道人参是非常好的强心剂，再加了丹参加了川七，还有郁金。郁金属姜科植物，是非常好的止痛药，同时能疏导情绪，也就是心情抑郁时，用香附、郁金两味药就可以改善。



香附是莎草科植物，生命力超强，以前在乡下种菜，菜园里的香附除都除不尽。妇科用得很多，因为香附是专门

行气的，人不外乎气血，气一阻塞就用它来疏导。有时也用木香，木香同时也是非常好的止痛药，属菊科植物；再加一味蒲黄，属香蒲科植物，长在水里，生用时是活血化瘀的，搭配川七、丹参、郁金，可以清血管的障碍物。

很多舌头方面的病症，比如会麻、会痛、有灼热感等，由于传统医学认为“心开窍在舌”，所以朝心的方面诊治，而不针对舌头治疗。因为晚睡、吃燥热的东西都会耗损心力，心在五行里属火，血、水分等都属阴，晚睡一耗阴，舌头就麻、有灼热感，给中医诊治由心下手。但是进入西医系统，可能就叫病患切片检查，可是我们也常听到人一做组织切片就完蛋了，反而变成不会讲话、不会吃东西、不能吞咽的人。

甘露饮加蒲黄、远志、竹茹、远志入心，其他药方统统是最清的，所以你可以观察看老天爷很会安排，夏天很热，每个人都爱吃竹笋，煮汤凉拌，好像没有人不爱，夏天热，如果吃得油腻，人容易困倦，喝笋汤胃口就开，但是有皮肤病的人，一吃笋子，马上瘙痒，所以以前出麻疹，出痘疹，发不出来，丢几个笋尖到药罐里煮，马上全部发出来，就像很多人吃芒果一样，头肿起来，嘴唇翘得像猪八戒一样。

那位姜校长吃了四逆汤、生脉饮，生脉饮只有 3 味药：人参、麦冬和五味子，吃了以后，心脏好得不得了。你知道人年纪一大，手上脚上就会长黑黑的老人斑，这也是因为心脏血管动力不够，不能把沉淀的黑色素带出来。我们现在加强心脏功能，作用正常后，就像垃圾车出动一般，垃圾车不出动，这里堆一堆，那里堆一堆，臭死了；但只要一出动，全部的斑都可以带走。姜校长发现斑消失了，心中实在喜悦。

也因为他当了 27 年的校长，门生故旧很多，他到处现身说法，把自己当活标本宣扬，又会写文章，在中部的媒体发表，义务推广，叫大家吃萝卜、喝热茶、吞黑豆，惹得很多

医师不高兴。他天天吞黑豆，天天吃萝卜，“冬天萝卜夏天姜，不用医师开处方”，吃萝卜杀菌，因为里面有辣素，就像嚼槟榔全身会暖和，夏天吃姜的原因是在于一吃姜就散热。现在流行吃冰品，其实愈吃愈不散热，愈吃愈闷，愈闷当然就愈烦躁，所以夏天人们常常火气很大。北方人夏天喝烧刀子解暑，因为一喝酒满身出汗，毛细孔就打开，散热，全身就凉爽了，夏天吃姜不会中暑。



姜老校长78岁时与我认识，79岁去看心脏科医师，医师向他道恭喜，说他快80岁了，心脏好像只有60岁，姜老先生听了这个话，下巴差点掉下来，他对医师说，我都开过7次心脏了，还说我的心脏像60岁。这说明了什么？说明吃中药以后，他的心脏功能逐渐恢复，逐渐强化。

怀孕三餐吃冰，生儿体质虚弱

心脏病和我们的饮食文化也有很大关系。有一位林太太怀老大时，一切正常，不过人的体质随时在变，去年检查的与今年不同，上个星期检查的也可能和今天不同。我们每一分每一秒都在变，从一个受精卵孕育成一个胎儿，离开妈妈时还那么小，很快就上小学了，又大学毕业了，以前觉得小学老师好大，没想到一眨眼，自己就当阿公了。

林太太怀老二时每天吃冰，三餐都吃冰，影响到胎儿体质，老二出生后，林太太常常跑小儿科。三总小儿科有位钱大夫，非常仁慈，非常忠厚，医术医德都很好，她几乎每个星期都去找钱大夫，在老二身上最少花了台币300万，可说是为了贪口腹之欲，付出很大的代价。林太太认识我之后，她当然就不需要再找钱大夫，钱大夫很纳闷，怎么这些年都没看到那孩子，直到有一天，林太太去找他开伤残证明才告诉他，从认识我后就开始吃中药，彻底改善孩子的体质。

换句话说，尚未做妈妈、预备做妈妈的女性，千万注意，

要为自己的孩子打好基础，孩子如果先天不良，累到的是父母。我记得有个婴儿，将近两岁了，打从一出生就开了十几次刀，从脑部一路开下来，开完脑部之后就转变为脑积水，压迫到视神经，眼睛看不到；压迫到听神经，耳朵就听不见；所以从出生到10个月，几乎在加护病房过的，真像是生个儿子来讨债。人很傻，也很无奈，只要孩子笑一笑，所有的痛苦都忘掉了，怎么说呢，毕竟是心头肉，虾米也好，癞蛤蟆也好，宝宝不健康，真的会累死妈妈，所以我奉劝：一定要注意饮食文化！

晚睡为万病之本

古代人当然也有心脏病，不过现代人尤其严重。因为过度地使用心脏，导致心脏无力、心肌无力等。以心肌梗死来说，又与饮食有关，古代人饮食比较清淡，不像现代人大鱼大肉，油脂过多，当然容易造成心肌梗死、心包膜阻塞等。一个人每天工作8小时，休息8小时，娱乐8小时，早期我们都分成三等份，上学的也好，工作的也好，基本上都是这样的，要有8个小时的充分睡眠，还要有8个小时娱乐来调剂身心；可是现在娱乐很少，睡眠也是；我经常问病患：几点睡？他说差不多清晨四五点睡！我自己订了一个像青年守则的条文，青年守则第十二条是有恒为成功之本，我增列第十三条：晚睡为万病之本！



人一晚睡，什么毛病都来了。交大有一个郭姓学生，每天都三四点睡觉，又喜欢吃炸鸡块、炸薯条等，可以想像他满脸都是痘痘，他爸爸常常在我这边跟诊，我就警告他，吃药医得好，但如果自己不从饮食调整的话，肯定会有问题。他总算听话，自己从4点到3点、从3点到2点、从2点到1点睡，配合吃药痘痘全部都消掉。

不过后来有一天，他发现乳房长了硬块，吓坏了，这位

郭先生的侄儿在某医院当医师，所以他去就诊，这家医院评估的方式就是先切片，看看到底是良性还是恶性的，如果是恶性的就很麻烦、很棘手。结果他到我这边来，我对他讲吃吃药，结果也不错，另外就是配合作息，因此从1点提早到12点、从12点再提早到11点。基本我们超过11点就算晚睡；作息调整，配合吃药，用加味逍遥散、蒲公英、天花粉、浙贝母、香附、神曲等，吃着吃着，硬块就全部消掉了。

心悸用柏子仁

人类的心脏也一样，晚睡熬夜的话，一定会消耗心脏功能，就会常常出现缺氧、胸闷，严重的话就心绞痛，夏天天气热就容易中暑，当然生脉饮、四逆汤还是有效。有些人在比较累后，心脏会产生一种代偿作用，也就是心脏会加速跳动，把血液供应给肺脏去进行气体交换，所以人常累了、疲劳了，就会出现心悸（就像马达加速运转，让水能抽到高楼顶上一样）；如果有心悸的现象，意味着可能已经出现心律不整；心律不整的话，炙甘草汤有非常好的作用，我通常还会加柏子仁、远志、丹参、川七当然也可以用，都是强化心脏功能，让整个心悸的现象趋缓。



炙甘草汤

炙甘草汤参姜桂，麦冬生地大麻仁，
大枣阿胶加酒服，虚劳肺痿效如神。
伤寒，脉结代，心动悸，炙甘草汤主之。

——《伤寒论》第一百八十二条

本方出于《伤寒论》，为补血剂。由甘草（炙）四两12g、生姜（切）三两9g、桂枝（去皮）三两9g、人参二两6g、生地黄一斤50g、阿胶二两6g、

对症有方

麦门冬（去心）半升10g、麻仁半升10g、大枣（擘）三十枚10g组成，上药以清酒七升，水八升，先煮八味，取三升，去滓，纳胶烊消尽，温服一升，日三服。能滋阴养血，益气温阳，复脉止悸，主治阴血不足。阳气虚弱证，见脉结代，心动悸，虚羸少气，舌光少苔，或质干而瘦少者。虚劳肺痿，见咳嗽，涎唾多，形瘦短气，虚烦不眠，自汗盗汗，咽干舌燥，大便干结，脉虚数。服用本方，必要时配伍健脾助消化之品。偏于心气不足，炙甘草汤则重用人参。

针对心悸，我们常用柏子仁，它是杉柏科，结在柏树的果子，有很好的安神作用。“神者”是由心脏主宰，但是这里所指的心脏，并非解剖学的心脏，而是包括大脑的指挥系统。心有藏神的作用，如果能安定心神，心跳次数就会逐渐减缓。一般我们除用柏子仁安神外，会用远志，远志有小毒，一般在使用远志之前要用甘草水浸泡24小时，且要去心，以去其毒性。

临床上，更年期女性出现心悸的几率也是很高的，她们常常莫名其妙地心跳加速，这样一来就容易紧张、容易害怕；除了心悸以外当然就是会出现潮热，就会冒汗，潮热的时间大都出现在午后。若出现潮红、潮热时，我们就要加鳖甲，因鳖甲本身是滋阴的药；除了鳖甲外，我们也会用地骨皮（枸杞的根，茄科植物），另外我们会加元（玄）参。所以有关心脏的问题啊，过度疲劳是最主要的因素，其他的就是你本身心脏有问题，比如说脱垂、瓣膜闭锁不全、室中隔缺损等，都是器官组织本身的病；有些就是属于神经性的，如有人会过度紧张、有更年期症候群，与器官本身没有什么关系。

中医具象又科学

中药其实都需要经过炮制。在南北朝有一位雷敩先生，后人称雷公。传说中的雷公是封神榜中的雷震子，在中国医学史上则有两位雷公，第一个出现在《黄帝内经》，他是岐伯的学生，民间称“岐黄之术”就是岐伯与黄帝互相探讨、诘问有关医学问题所留下的记录，后经医家整理成有系统的中国医学典籍文章，《内经》中的雷公常自称“小子”。第二个雷公，就是专门中药炮制学的雷敩先生，后来写成一部传世著作《雷公炮制》。如果我们到药房看到“遵古法炮制”中的古法，就是遵雷公的炮制法。

我提这些典故之目的，是因为社会大众认为中医是很虚玄、形而上的学说，可是社会大众不了解中医是最具象而不抽象的，所探讨的都是人的生理病理的问题，所做的实验都是现代人所谓的从假设到验证，所以有人说中医不科学，其实中医发展过程才是超科学的。我总觉得社会有些民众被灌输不正确的说法，例如有些患者会问：“我吃这些中药，对肝肾会有什么影响？”当然，那是因为有些医师习惯用虫类、动物类、矿石类的药物，而我则会告诉患者：“我几乎不用那几类药物，一概不用！”所以我们从事中医，除了治疗病患之外，还要教化人心，我们从古到今，所缺少的就是没人从事教化人心的工作，因此影响到中医药的普及与推广。



蛋黄油：优良强心剂

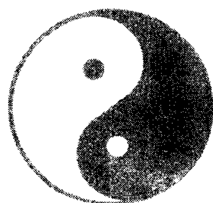


关于强心的食材药材，我觉得我们老祖宗真的很厉害，两千年前就能体会到鸡蛋蛋黄是最营养的一种食物，把蛋黄放在锅里加工，一直炒一直炒，炒到蛋黄油炒出来，蛋黄油是一味非常好的强心剂，是能够供应心脏血管营养的一

种最好的药物或食物。

大陆河南省有个县叫巩县，是全中国最大的兵工厂，也是全中国最大的蛋清工厂，意思就是说把蛋分离，鸡蛋白把它分离出来，作为生产动物性蛋白质的主要来源；那蛋黄另外分离出来，那在食品业很多的蛋糕啊，大都是用蛋黄，像中秋月饼很多也都是用蛋黄；这里就有生产蛋黄油来强化我们的心脏功能。

第8篇
情绪与精神疾病



• 保养提示

☞ 精神疾病与个性特征和生活事件都密切相关

• 医生借鉴

☞ 生铁落治疗精神疾病的变通方法

☞ 白金丸治疗精神疾病效果较好

☞ 麝香通窍好，蝉蜕、诃子等让人开口说话

☞ 柏子仁、酸枣仁、介壳类药物可用于精神疾病

☞ 好用的安神药

【医案】精神类疾病

病历号码:66849

姓名:龙□□

初诊:2002 年 11 月 10 日

主诉:身心受创伤,致精神濒临崩溃。

患者因受打击,导致身心不稳,常常独自外出,漫无目标,不知所措,而由长辈陪同来诊,我们先简单地做心理辅导,疏导其情绪,并以加味逍遥散为主方,解其忧郁,加柏子仁、百合、远志、郁金、香附,以疏导情绪,经过一段时间的疗伤,改善其症状。

通常有精神类疾病的人会出现一种反应,只要有东西可吃就一直吃,但因吃多排多,除了体重直线上升之外,就是便秘。临床有两种年龄呈现极端反应案例,一是婴儿,一是老者。原来大脑饥饿中枢,又称饱食中枢,无法随年龄成长发达,小孩只要塞奶瓶就吃,老人也会猛吃。我也遇过一病例,至今西医找不出原因,就是只要一睡觉,枕大骨垫枕头,或坐椅子脊椎靠背,受到压迫就想吃东西,明显是大脑神经中枢有问题。我用温胆汤治愈八九成。

本案我在初诊用柴胡龙骨牡蛎汤、磁朱丸加

上疏导情绪的郁金、香附,安神的柏子仁、远志、百合。柴胡龙骨牡蛎汤出自仲景先生《伤寒论》的《坏病篇》,是从柴胡汤变化而成。原条文是:胸满烦惊(即热性病留下的后遗症),不能自转侧。胸满烦惊就告诉我们是精神系统的问题。方内龙骨、牡蛎属于介壳类,有潜阳作用,所谓潜阳就是镇静。

另有大黄剂在内。仲景先生治病大法完全符合《内经》所谓"病在下取之上""上病下治"的原则,即病灶在上要从下治,这原则本是针灸原则,但处方用药也用此治法。这种精神类疾病是大脑中枢神经出现幻听、幻想、精神不集中,用大黄作用是往下发展。可以缓和颅内压,减少大脑的异常放电。除用柏叶汤外,也用黄芩、黄连、大黄,称为三黄泻心汤。《内经》也告诉我们,热伤阳络则吐衄,黄芩、黄连、大黄都大苦大寒,可以逐渐使破裂扩张的血管收缩,达到止血的目的,也是借助大黄引药下行作用,使颅内压升高的情形获得趋缓,达到止血的目的。

磁朱丸可以治三种疑难杂症,它是出自《名医方论》,组成虽只有三味,却不能小看。在临床上,一治精神类疾病,二治飞蚊症,三治耳聋耳鸣,我们用此方治愈的病例不胜枚举。至于郁金、香附,本是矾郁丸,也称白金丸,白即白矾,金即郁金。

11 月 8 日第二诊,患者服柴胡龙牡汤等方之后,因内有大黄制剂,便秘已改善,但告诉我月经周期不正常,因为精神类疾病必会扰乱脑垂体,才导致经期异常,故二诊仅将柴胡龙骨牡蛎汤改加味逍遥散,其他则保留。

11 月 29 日三诊告诉我,月经从 2002 年 8 月

到11月没来，左侧头痛、胸闷、胸痛，加上饱食中枢有问题，所以一直要吃东西，导致胆固醇过高，因此三诊将加味逍遥散改柴胡桂枝汤，加川芎、荆芥、郁金、香附。柴胡桂枝汤出自《伤寒论》两次，一是《阳明篇》，一是《少阳篇》，内有桂枝调和营卫，小柴胡汤疏通三焦。

龙小妹妹的症状在持续服药后，总算治好。

2002年底，介绍来诊的老师本人来门诊告知，患者已变换环境，并找到一份能维生的工作，还在某大学再深造。患者的调适与努力精神，也令人敬佩。

本章我们接着谈思考的、大脑的心，也就是大脑指挥系统方面的疾病。

生活压力大，精神疾病多

曾有一则新闻报导，某高中有一个学生，有一天发现布告栏里面自己被记了一个小过，遇到这样的事情，一般人通常会向导师、训导主任等反映，但他心里闷着不吭声，也不回家向自己的父母反映。这个学生以往成绩都在五名以内，被记过这件事，他很懊恼，始终解不开结，因此就精神分裂了！说起来真的是芝麻绿豆、微不足道的小事，有些人就很在意，然后就钻牛角尖，你想想如果是泥土或许可以钻过去，明明是钢筋水泥怎么钻得过？只会钻得头破血流！这个学生没办法最后只好被送到台湾疗养院，一住就住了12年，从18岁高中二年级，住到30岁，整个人就变成废物。

我问这个病患说："你在路上会不会认得我？"他摇摇头。

"你能不能从家里到我这边来找我？"他也摇摇头。

被记个过，认为是人生的污点、对自己的羞辱、一种打击也就罢了！但是有一个更不可思议的状况，有一回他坐

的椅子被人搬走，如果是我们，那就想办法再搬一张，但他就为这件事情心里不高兴，还去向老师报告，结果老师的处理方式也是叫他搬另外一张椅子了事，有坐的就可以了嘛！但不行，他就非得要那张椅子，像这么一点点小事，他就钻啦钻，钻不出来就精神分裂，跟他的性格个性关系很大。

还有一个简姓病患，本来读专科，突然有一天也不知道到底什么心结，他认定有人拿毒药给他吃，说他的饮料里有颜色，肯定是被人家下毒；然后看到从冰箱拿出来的白带鱼里面是红的、有血水，也说别人要害他。由于老是一直念一直念，最后也只好到北投陆军精神病院住，转到台大医院又住了 8 年，情况很不好。后来，家人来找我帮他处理，精神状态有好转，就到他哥哥在景美开的电器行帮忙，兄弟比较不会有什么芥蒂，后来大概嫂子一直抱怨，说弟弟长那么大，人好好的竟然不去赚钱，一直靠人家养之类的。他听了很受不了，就开始说要去赚大钱，写了很多投资计划、理财计划，还写得头头是道，病情又开始不稳定。

精神有状况的这类人只要稍有刺激，随时就会爆发，生活中的应激事件是一个很重要的因素。一般像这种症状的人，有的是把自己封锁起来，不吃、不喝，北投的那位小男生，他可以 48 个小时不吃、不喝、不睡、不说一句话；有一些人是有攻击性的，会打人！有位医学系的男生，因为恋爱失败，导致精神分裂，他家在西藏路有一栋房子，那栋房子里面没有人敢和他一起住，只有父亲来照料。只要见到年轻男生，他就要拿菜刀去对付，认为他的女朋友是被“这男生”抢走，唯一只对父亲不敢发飙！

对于精神病、精神分裂症患者在《内经》里就有一个方，就是用铁落，铁落是打铁烧红的时候，铁锤敲打溅出来的碎片。现在打铁的行业少了，当然比较不太方便，我就用一种变通方式：到五金行去买几斤铁钉，把铁钉先放在药罐子里边加水煮一两个钟头，煮了以后铁钉里铁的成分会释

放出来,煮过或用过的铁钉还可以用,所以是一举两得。还有许多矿石类药物,譬如说赤石脂(它本身是一种铁的氧化物)、代赭石等,这些矿石类药物本身就有镇静作用、收涩作用。

中西合作,实在不错

对于上述这类病患,事实上,现代医学大多是服用锂盐,但似乎没什么用!严重的话,我还看过用电击法治疗的,电击后人昏迷就乖乖听话了。但是我觉得相当残忍,中医不然!

阳明医学院有传统医药研究所,创所所长是崔玖教授,第二任所长是洪传岳先生,是留学英国专攻心脏科的医师,对中医药很有兴趣。在崔教授任内,传医所每次上课就先拟一个题目,然后找一个中医、一个西医进行讨论,希望在讨论中能够发现交集。我前后去过很多次,这是一种方便中西医沟通、交流的渠道,也可以说希望真正做到中西医一元化。我认为如果能通过现代医学做检验,用传统医学治疗,让病患达到治愈的目的,实在不错。

陈立夫先生说,救人的方法愈多愈好,杀人的工具愈少愈好!不过,西医似乎少了些雅量,像SARS("非典")期间,中医本来要动员全国医师参与救护工作,结果居然被告知最好低调一点。其实,以SARS来说,西医要找出病毒,但还是连冠状病毒的变种是什么都找不到,找不到就没有治疗的药物、方剂。中医不然,如果人发热,我们就让你不发热;肺浸润我就让你不要浸润,甚至也不必插管,因为中医有泻肺水的药,如葶苈大枣泻肺汤、木防己汤、麻杏甘石汤等,全部都是可以治疗肺浸润的良方。

在传医所,有一次我们讨论的主题是精神疾病如何治疗,对谈的西医还不错,竟然知道百合病之类的,我想他肯

定研读过中医文献。既然研究精神病，西医治疗并没有好的方式可以摆平精神病，所以南部有荣发堂，收留几百个病患，虽然要收费，但至少让他们每个人都能得到做人的基本尊严与尊重，让他们能充分发挥人力的价值，他们会养猪、会养鸡、会种菜，荣发堂还带着这群人搭飞机到澎湖观光旅游。你说，现在哪一个人敢带着台大医院的精神病科病患出去？

现在的社会压力导致出现精神类疾病的人愈来愈多，某医院精神科主任讲了一个有点离谱的数据，他说全台湾大概有500万人有精神症状的现象，意思是4个人中就有一个，这么说有点离谱，我认为应该有台币50万到200万之间，这是社会非常沉重的负担。真的送到疗养院的人几乎都没有什么用了，要限制他的行为，因为有些这类的人会攻击别人，像一颗不定时炸弹，随时会爆发，像这种显性的，大概有台币20万到50万。隐性的大概有台币200万，因为太大的生活压力，要维持一定的生活标准、一定的生存环境，天天都在承受无法承受的压力。

21世纪，很多传染病已经不见了，有一些传染病从19世纪到现在尚未灭迹，像疟疾，20世纪最重要的传染病就是AIDS，到21世纪，精神类疾病将会占一个很重要的地位。

白　金　丸



对症有方

郁金和白矾在一起有个方叫白金丸或矾郁丸，白矾、明矾、青矾、胆矾等，矾的种类很多，白金丸可以治疗精神类疾病、精神分裂症，是非常好用的处方。

麝香：最神奇的通窍药

如果大脑神经不管是什么原因，如中风、车祸脑外伤，使语言中枢发生障碍的话，因为脑是窍，中医就用通窍的药，如远志、菖蒲都是，其中最好的、最神奇的应该是麝香。

在所有的药材里，麝香的通窍效果，简直是没办法形容地神奇，我最近的病例是位 17 岁的钟先生，因骑摩托车发生车祸，脑部受伤昏迷了将近 13 天，因为他表舅是我中医界的朋友，请我就近到某医院看看他，我开了柴胡龙骨牡蛎汤加减，加远志、菖蒲、竹茹、丹参、川七等活血化瘀通窍的药，最主要在于醒脑。他昏迷的时候就一直不安定，因为脑干受伤不舒服一定会烦躁，我就加麝香进去，一吃就清醒过来了，没多久就出院了。

无独有偶，在同时间基隆某医院也有个车祸的年轻人，也是独子，经过同道谢医师请我处方用药，结果也是一吃就醒了。还有我大嫂的弟妹，中风送到某医院开刀，术后变脑积水，用引流管后变成脑膜炎，变脑膜炎后就昏迷，一昏迷就半年。结果麝香一吃就醒，就可以坐轮椅，最后竟然还可以走路。附带一提，像蝉蜕、诃子、通草这些药，就可以让人开口讲话。



中医的安神药

《联合报》曾有篇报导称有一神经元病变者，去大陆找医师看病，看了 3 个多月发现效果也不好。现代医学对神经元的毛病可说一点办法都没有，找中医扎针也许会有点帮助，气功不一定有效。有个病患说找气功师发功，将近 50 次，每次台币 6000 块，花了 30 万台币，结果一点效果也没有，气功师就对病患讲，因为你的病情严重，所以 50 次还

不行，要再多发几次，还要再花多少不得而知。

气功本来在《内经》就有，《移精变气篇》提及导引吐纳，吐就是呼气，纳就是吸气，借助呼与吸的动作调整人体的生理功能，达到强身长寿的目的，但是并没有谈到可以帮别人治病。

我发现这神经元疾病常常是因为太多的压力造成的，因为长年累月吃降压剂、镇静剂、安眠药，现在的社会太多的生存压力，很多人睡不着就很在意，就借助安眠药，安眠药所引发的问题很多，痛苦也大。



容易惊吓、容易紧张，柏子仁、酸枣仁、介壳类药物都可用；出现精神的激动、亢奋，就要用潜阳的药，龙骨、牡蛎、石决明、珍珠母、龙齿等，都是属介壳类；再来就是矿石类的药物，它有镇静作用。

朱砂在《神农本草经》里列为第一味药，朱砂因为有水银在里边，如果累积太多的话，会引起重金属中毒，所以一定要遵古法炮制，其实，金、银、铜、铁等金属都有镇静作用，所以小儿科出现抽筋、惊痫，包括急惊风这一类症状，常常在处方里面会加金铂，磨成粉和药粉一起，对大脑细胞的异常放电所出现的这种癫痫、痉挛、抽搐、口吐白沫、角弓反张，都有作用。



另外柏子仁、酸枣仁、百合，都是很好的安神药；郁金、香附都是可以疏导情绪压力的药物。郁金属姜科植物，可健胃，也是很好的止痛药。香附属莎草科植物，香附的生命力非常强，你把它挖起来，晒了几个月，下一场雨它又活过来了，它能走人体里的十二经，还有奇经八脉，在药典里它是所谓的女科仙药。

甘麦大枣汤舒缓情绪效果神奇

中药材里还有很多可以安定大脑神经、舒缓压力的。

甘麦大枣汤就很不得了，从大脑皮质的安定就可以解决很多问题，连失恋都可以治，谈恋爱失败的人，常常恍恍惚惚的，甘麦大枣汤一吃就安定了。

有时候，要救一个人不一定要用什么特殊方法。我常用甘麦大枣汤，加一点矿石类的药，加一点安神、镇静的药，如龙骨、牡蛎、石决明这些介壳类，另外还有一个治疗精神分裂的方，叫做磁朱丸，朱砂是重金属，有安神作用。《内经》里面就有治疗精神分裂的药叫做铁落，以前人打铁，烧红了，就有火花溅出来，那个火花冷却后就叫铁落。中医说重金属本身就有镇静作用，金银钢铁等所有重金属都有镇静作用，所以《内经》里就用铁落治疗精神分裂。另外，《内经》也提到要“绝其饮食”，意思就是不给吃东西，但现代人不忍心，认为这样做不人道，违反人权，让人知道了一定会抗议的。



对症有方

甘麦大枣汤

金匮甘麦大枣汤，妇人脏躁喜悲伤，
精神恍惚常欲哭，养心安神效力彰。

妇人脏躁，喜悲伤，欲哭，象如神灵所作，数欠伸，甘麦大枣汤主之。

——《金匮要略》

本方出《金匮要略》，为滋养安神剂。由甘草三两 9g、小麦一升 15 ~ 30g、大枣十枚 5g 组成，上三味，以水六升，煮取三升，温分三服。主治脏躁。精神恍惚，常悲伤欲哭，不能自主，心中烦乱，睡眠不安，甚则言行失常，呵欠频作，舌淡红苔少，脉细微数。临床以精神恍惚，悲伤欲哭为证治要点，癔病、更年期综合征等，属心阴不足，肝气失和者，均宜用之。

只要想安定大脑皮质,就可以用甘麦大枣汤。有一个从美国回来的语文博士,大概在国外要承受很多压力,有3年时间完全像个废人一样,脑筋空白,没有办法思考,美国医师给他抗焦虑的药,愈吃愈焦虑,完全无法工作。回到台湾养病,吃了甘麦大枣汤加减的药后,所有的抗焦虑药全部停掉,整个神智慢慢恢复,九月下旬就回美国,重新回到工作岗位。所以太多的压力会造成痴呆,太可怕了。

另外,还有一位老师因为教学导致咽喉长茧,严重到竟然无法发出声音,所以他来看病都用笔谈,第一次、第二次、第三次都是如此,我用麦门冬汤合甘麦大枣汤舒解他的压力,第四次声音就出来了。另一个病例是一位幼儿园园长,有一天在景美的路上被摩托车撞倒在地,昏迷了将近20分钟,撞倒她的人就近把她送到耕莘医院,送医的时间大概十几分钟,到了医院就醒过来了,人没什么问题,观察的结果也没有脑震荡,但是因为受到惊吓,几乎有1年时间完全不会讲话,所以需要疏导她的恐怖、紧张,就开甘麦大枣汤、生脉饮。

柴胡剂、逍遥散系列,安绪、解郁效果好

中药里面,舒缓压力的,除了甘麦大枣汤外,柴胡系列的处方也是对情绪稳定非常好的方剂。

小柴胡汤、大柴胡汤、柴胡桂枝汤、柴胡龙骨牡蛎汤疗效都是非常好的,还有从柴胡汤变出来的逍遥系列。现代人都活得非常不快乐,所以就找逍遥散让人快乐逍遥,之所以叫逍遥散,因为它能清肝、理脾、解郁。

更年期女性会出现一系列的更年期症状,每天下午三四点申时开始就烘热,接着就冒汗,交感神经兴奋,才会出汗,当然就同时影响到心脏,所以就出现心悸,心脏就怦怦乱跳,心悸当然就影响到睡眠。通常也用逍遥散或加味逍遥散。

对症有方

逍 遥 散

逍遥散用归芍柴，苓术甘草姜薄偕，
疏肝养血兼理脾，丹栀加入热能排。

本方被收载于《太平惠民和剂局方》，为和解之剂，能疏肝解郁，健脾和营，调和肝脾。由柴胡15g、当归15g、白芍15g、白术15g、茯苓15g、生姜15g、薄荷6g、炙甘草6g组成。用水煎服。适应于肝郁血虚，两胁作痛，寒热往来，头痛目眩，口燥咽干，神疲食少，月经不调，乳房作胀，脉弦而虚者，亦可治肝家血虚火旺，头痛目眩烦赤，口苦倦怠烦渴，抑郁不乐，两胁作痛，寒热，小腹重坠，妇人经水不调，脉弦大而虚。近世常用于慢性肝炎、早期肝硬化、胆囊炎、痛经、月经不调、更年期综合征等肝郁血虚者。

加味逍遥散是由逍遥散加了两味药而成，第一味是牡丹皮，第二味是栀子。栀子本身是苦寒药，如果有发炎的话，它是很好的消炎药，属茜草科植物，有化瘀作用；牡丹的花非常漂亮，最有名的是河南洛阳，实际上杭州的牡丹也很漂亮，如果大家要看牡丹也不用跑到大陆去，台湾的杉林溪就有四五百盆牡丹和芍药。

不是很内行的人不太能分辨牡丹与芍药，它们的花很像，叶面也很像，因为同属毛茛科植物，都是活血化瘀的药物，而且牡丹皮可以作用在血液，有的人盖被子会热，一热就瘙痒，像这种血热症的人就用到牡丹皮。系统性红斑狼疮的病患几乎都会用到，可能用一个方，也可能用一单味的药。用方的话，六味地黄丸、肾气丸、知柏八味都有牡丹皮，或单用牡丹皮，加了栀子和牡丹皮有清热的效果；因为有烘热感，心悸会冒汗，就加柏子仁、地骨皮，柏子仁有安定大脑

中枢神经的作用，能让心跳减缓。

很多人都有这种经验，一紧张心脏就乱跳，有位柯老师曾经心跳 204 跳，几乎比正常的心跳快了 3 倍，医师就开毛地黄给她，结果吃了八年半后，她的脉搏从 204 跳降到 47 跳，通常中药材不会这样，譬如 204 跳的脉搏，我们会让它慢慢的减低到 100、90、80，我建议她不要再吃毛地黄。她说医师告知血液里还没有发现毛地黄中毒的现象，我说等到仪器检测出血液里有毛地黄中毒的现象，那已经很严重了。她又说那万一停了药，脉搏又回到 204 跳怎么办？很多人会有预设立场，还没发生的事就先想像，就像很多失眠的人，才晚上 8 点就担心睡不着，都还没到平常睡觉的时间，你怎么知道会睡不着，一直提醒自己睡不着，到时当然睡不着，这是一定的。

同样的，很多女人肚子痛就怀疑是不是子宫癌，肚脐下面痛就怀疑子宫癌，肚脐上面痛就怀疑胃癌，胸口痛就担心乳癌，那不是神经病吗？很多人过年许愿，心想事成，那心想癌症，是不是真的就实现呢？我搞不懂，为什么不想些快乐的事。

既然是情绪压力造成的疾病，用逍遥剂就能舒缓，它的作用不局限在某一种疾病种类，可以适应所有的承受精神压力所造成的种种疾病。

逍遥散还是治肝病的一个常用处方，因为一般肝病的形成往往也和抑郁有关，虽然没有确切统计，但是可以肯定罹患肝病的人常是不快乐，有压力的，因为肝为罴极之本，这是《内经》告诉我们的。肝病是因为疲劳造成的，因为承受太多的压力，又没有舒发的渠道，所以肝就遭殃了。

我们的肝很可怜，它是人类最亲密的最忠实的朋友，无怨无悔地帮我们作工，作到它作不动为止；可是我们每天都在伤害它，摧残它，天天熬夜，天天透支体力，天天吃垃圾食品，尤其是会增加肝脏解毒负担的食品，最后倒霉的，就是你的肝。肝为罴极之本，罴的读音为“疲”，你看老祖宗在

两千年前就告诉我们，疲劳最遭殃的就是我们的肝，说人的血液“卧则归肝”，当我们休息时，血液就通过门脉静脉回到肝脏，要让它储存在肝脏里，营养你的肝脏，肝脏就不会硬化、萎缩，也不会有肿瘤。所以，逍遥散、加味逍遥散同时也是治疗肝病最理想的处方。

百合病用百合方

其实，大概台湾比较有名的精神科医师的病患，我全部都接过，我对他们的治疗方式很清楚，事实上没有用，吃那些精神科的药后，整个人神情都是痴呆的。但是我给他们吃了药以后，竟然会眉开眼笑，甚至还会跟你开开玩笑，这种治疗的结果显然就很明白，差异很大！

中医精神科里面的用药就有百合地黄汤，因为中医所谓的“百合病”，病患就是看似没病又像有病，想吃又吃不下，想睡又睡不着，想走动又走动不了，看外观好像没有什么病。百合病有时是因为外感引起的，有的是因为吃药引起的，有的是因为承受很多压力引起的。



相关链接

百 合 病

“百合病者，百脉一宗，悉致其病也。意欲食，复不能食，常默然，欲卧不能卧，欲行不能行；饮食或有美时，或有不用闻食臭时；如寒无寒，如热无热；口苦，小便赤；诸药不能治，得药则剧吐利。如有神灵者，而身形如和，其脉微微。”

——《金匮要略·百合狐惑阴阳毒病脉证并治》

主要表现为神智恍惚、精神不定。以精神恍惚不宁，坐卧、行动、语言、饮食均不能自主为特征。



相关链接

中医认为其病机主要是外感热病之后余热留恋，心肺阴虚，或忧思抑郁，情志不遂，久之耗伤阴血而致成病。

我有个小女生病患，念国三的时候，起初一个星期会昏倒一两次，倒下去后大概一两个钟头会苏醒，醒来后也就没什么问题了。但是愈接近联考的时候，发作就愈频繁，一个星期有时候五六次，几乎每天都在昏倒，每次昏倒的时间会超过5个小时以上。家人把她送到大医院检查，从CT、磁共振一路检查到所有血液状况，任何该检查的都检查过了，就是查不出原因，只好准备送到精神科，看看是不是情绪问题所致。

家人把她转来给我看，她的病因显然就是压力，我就说，既然如此，就送她去没有压力的地方。

百合病有百合病的用方，在《金匮要略》妇科里记载有一种叫梅核气的病，就好像吃了酸梅、梅核卡在喉咙里一样，吞吞不下去，吐也吐不出来，最后人就一直消瘦下去。我看好过一位梅核气病患者，她原来在省府工作，先生在台湾"行政院"主计处工作，她女儿那时候面临到升学压力，先生也遇到升迁阻碍。她一直就是以先生、儿女为重心，心中有挂碍、有压力，也不知怎地老觉得喉咙里边有东西噎着。找医师看，有人说喉头发炎，有人说咽喉有病变，还有人态度暧昧说好像是喉头癌，让她这个心里本来就不很乐观、坦然的人，钻起牛角尖来，人就一直瘦一直瘦。

那时大概是六七月份，她找西医看不好，后来找我看。大家都知道，是大学升学考，8月放榜，女儿考取辅仁大学，她先生职位也升了。心上两块大石头一拿掉，她的病就不药而愈了！



百合地黄汤

方源：张仲景《金匮要略》

处方：百合7枚(擘)，生地黄汁200毫升

用法：以水浸洗百合一宿，去其水；再以泉水400毫升，煎取200毫升，去滓，纳地黄汁，煎取250毫升，分温再服。

功用：滋阴清热。

主治：百合病，阴虚内热，神志恍惚，沉默寡言，如寒无寒，如热无热，时而欲食，时而恶食，口苦，小便赤。

注意："中病勿更服，大便常如漆"。以百合地黄汤，通其百脉，凉其百脉，中病勿更服，恐过服生地黄，大便常如漆也。

产后抑郁

《金匮要略》妇科里又记载有一种病叫做妇人脏躁症，会无故悲伤，莫名其妙地想哭就哭，也不晓得自己在做什么。书中指出用甘麦大枣汤治疗。这个妇人脏躁症，和我们现在常听到的产前、产后抑郁其实是一样的。产后抑郁症若是发生在产妇的话还罢了，我却遇过一个病例，有位男子，娶了大陆妹，生了一个女儿，家里出现两派意见，一派主张自己喂奶，增强孩子的免疫功能，比较不会生病；另外一派则认为大陆妹长期营养不良，担心母亲自己喂奶的话，小孩子比较不健康。就这样一派要喂母奶，一派是不可以喂母奶，弄得这位父亲天天哭！人家问他哭什么哭？他说："因为我不会带孩子！"所以可见，产后抑郁症不是产妇专

利，奶爸也有可能。

导致产后抑郁的因素很多，但还是以子女性别问题居大多数，比如说连续生了好几个女儿，发生产后抑郁症的几率比较大。我们家里就有这么一个，以前的时代没有所谓的产后抑郁症，我大姐从老大开始，就盼望生个女儿，但是她是从老大、老二、老三……到老七，生了7个儿子，到第8个才总算生了个女儿。后来她又想一个女儿比较孤单，再有一个女儿来陪她比较理想，结果又怀孕第九个偏偏又是儿子。当时她有没有抑郁症我是不知道，但肯定心情不见得好。

另外，有位住台南的老师，也是从老大就盼望生女儿，结果从老大、老二、老三、老四，到老五才生一个女儿，结果老六又生了一个儿子。总之，因怀孕所产生的情绪问题多半是因为子女性别，尤其是有些公婆，总是歧视媳妇不生男孩，甚至会因此冷落，作媳妇的精神压力大，就容易抑郁。



产后抑郁症

“产后抑郁症”是以产褥期为机转，发生在产后一周左右，以抑郁为主要表现的一种精神疾患。患者可以出现流泪、不安、伤感、心情抑郁、注意力不集中、健忘、自责等症状，亲子关系表现异常，可以表现出对孩子兴趣降低、厌恶等情绪，甚至出现与孩子有关的幻觉妄想等。夫妻双方都可以罹患。

产后抑郁症不但对患者本身造成相当大的痛苦，也会给孩子的心理发展造成很不好的影响，应该引起重视，积极预防和治疗。

这类情况用甘麦大枣汤、百合地黄汤都可以处理；精神分裂上的问题就用重金属类的药物，像柴胡龙骨牡蛎汤啊，

这些效果反应都很好。

当然，我们治病要有所区别，像济公就是“癫”，在马路上会看到有人喃喃自语，傻笑之类的就是癫；“狂”就是标准的精神分裂了，这类病患会爬到楼上吵着跳楼啊，在马路上脱光衣服裸奔啊等，重金属、镇静的药都是防治“狂”比较多。癫和痫属于阴证，狂属于阳证，所以没有办法控制自己；癫和痫用些安神的药、镇静的药，狂的话就要用镇静的药，像磁朱丸等。

清心莲子饮治七情病变

只要是忧思抑郁，发热烦躁，或酒食过度、火盛克金、口苦咽干、渐成消渴、遗精淋浊、遇劳即发、四肢倦怠、五心（两手心、两脚心及心窝）烦热、夜静昼甚等，均可服用莲子清心饮。这个方也可称为清心莲子饮，出自《太平惠民和剂局方》。

莲子清心饮对过度思考或情绪压抑所造成七情病变特别有效。七情即所谓喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，往往会使生理发生不平衡现象，产生许多的病变，像睡不着就容易引起发热及情绪烦躁等问题。



对症有方

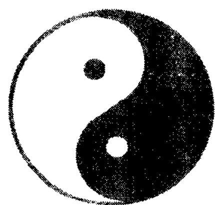
莲子清心饮

莲子清心饮之组成药味为：石莲肉、人参、黄芪、茯苓、柴胡、黄芩、地骨皮、麦冬、车前子、甘草等，属于手足太阴足少阳太阴药。人参、黄芪、甘草可以补阳虚而泻火，助气化而达州都之官（膀胱）；地骨皮可退肝肾虚热，柴胡可散肝胆火邪；黄芩、麦冬则清热于心肺上焦；茯苓、车前子，利湿于膀胱下部；中以石莲肉清心而交心肾，则诸症悉退。

饮酒过度、相火过旺会造成遗精，甚至使肾脏的过滤功能发生问题，尿液如洗米水般混浊、泡沫多，也就是所谓的尿蛋白过高，且愈疲劳愈易发作。这类病患一定要从饮食上加以控制，并充分休息，不能太劳累。一旦尿蛋白过高，营养相对流失，无法正常供应至身体末梢，以至于四肢倦怠，五心烦热。因为是一种亢进现象，而夜是阴，昼是阳，故晚上就会较安静，一到白天则较严重。

除此之外，因为女性情绪的变化会影响到脑垂体，造成激素分泌失调；本方即可治疗女性的异常出血（称之为崩漏）及不正常的阴道分泌物（称之为带）。

第9篇
糖尿病与消渴证



• 保养提示

☞ 苦瓜酒可以降血糖

☞ 不要贪喝可乐，不要过度劳累，注意别生病

• 医生借鉴

☞ 黄精吃了肚子不会饿

☞ 石斛可以降血糖

【医案】糖尿病

病历号码:58650

姓名:彭□□　　1941 年生

初诊:2003 年 7 月

主诉:疲劳、倦怠、血糖指数高

本医案的彭姓患者,只服一次药,就将血糖降下。他之前是因为工作压力很大,血糖曾高至236/136,又有肝炎,有一次喝朋友小孩满月酒,病发到某署立医院治疗,结果是注射因素林。他因为亲戚介绍,于 2003 年 7 月来就诊,他说打了因素林后,性功能低下,把他吓到了(通常降压药也有此副作用)。后经服药调理,现已恢复正常。

这位彭姓的银行经理,经我们调治后,一直保持稳定。性功能低下的问题,用石斛不但降血糖又对男性性功能障碍有疗效,甚至精虫不足、精虫活动力不够,都有很好的疗效。

糖尿病与遗传有很大的关系,可分为幼年型糖尿病及老年型糖尿病,现代医学又分依赖型糖尿病与非依赖型的糖尿病。我看到很多患者甚至完全不会分泌胰岛素,问题非常严重,现代医学就只能注射胰岛素之类的处理,传统医学可不一样。幼年型糖尿病,大概都用六味地黄处理;而在

所谓非依赖型糖尿病和依赖型糖尿病中，其实一个就是老年型糖尿病，我用肾气丸的机会比较多。

血糖与糖尿病

汉武帝据说也是罹患糖尿病，想必老祖宗有帮他调治。在近代中有名的蒋经国先生晚年也是被糖尿病困扰，群医共同调治护理，但还是因视网膜病变，几近失明，再因心脏传导功能障碍而下肢行动不便，依赖轮椅行动，外形臃肿，令人看了为之心酸与不忍。据当时也是医疗群的某家医科蔡主任持平地说："当未找到最好的治疗方法之前，只有控制病情，不让病情恶化。"我们曾看过四五岁，七八岁就罹患糖尿病的患者，想想他们如果也用控制的方法，那人生还有50年、60年漫长的岁月需要控制，不禁令人心酸。

血糖高或低的不同表现和应对方法

现在很多人以为血糖高才是糖尿病，其实血糖偏低也是糖尿病，我曾看过血糖高达800的病人，已严重酮酸中毒。但也有人没感觉，有位老妇人，虽有糖尿病，照样吃糖，她说没有糖尿病的反应，我曾请教西医，但无解。也有一位老妇人血糖高到四百多就昏迷，送医院打针，血糖没有降下，我用白虎加参汤，生脉饮，石斛、天花、玄参、山药，很快就从400降到134。所以中药肯定可以降血糖。有一位药厂负责人，他曾观察可降血糖的中药，都属块根类，如地黄、山药、葛根等，也包含了百合科的麦冬及玄参科的元参等。在临床上，血糖低的人饥饿时会表现出冒冷汗、全身颤抖，如发现这些症状，可判定是否血糖过低。为防患于未然，则应随身带方糖或巧克力等，以缓和冒汗、颤抖症状。

糖尿病不同情况的几个不同治疗处方

现代医学多认为血糖饭前低，饭后增高，但是我却看过几例饭前高、饭后却低的病例。有一位女生，饭前150，饭后120，为此我曾请教荣总一位病理科医师，也无法明确说明什么原因。最近连续有两位病人，一位是49岁的徐小姐，就是饭前高，饭后低；另一位72岁的陈女士也如此，她除血糖高之外，还有高血压、坐骨神经痛。因为血糖指数异常，血管异常，输送到末梢回流问题，造成下肢水肿，来看四诊就改善，我们用的处方，除前面三消用药外，也用到肾气丸；下肢肿，还用到济生肾气丸，也用生脉饮，因为人参、麦冬降血糖，五味子可生津止渴，再搭配石斛、天花粉，降血糖效果很明显。

饭前血糖指数高，饭后低的病例，临床上不多见，怎样才是正确的治法，并无定论，我是秉持中医用药，有所谓双向作用，太过或不及都可用同一方。

大家都知道，糖尿病患者有三多：吃多、喝多，会口渴，用生脉饮治；尿多，用肾气丸。糖尿病加高血压用什么药剂，用肾气丸加生脉饮，尿尿有泡沫就加冬瓜子、萆薢，人参种类很多，中药使用哪一种，这要看经济的程度，经济条件好的用高丽参，经济条件差的用巴参或西洋参，但是真正好的野山参，价位还是不便宜。

糖尿病基本上会出现数脉，因为有热象，但也有例外，血糖高低的脉象会有变化，血糖偏低的人会冒冷汗，会发抖，因为燃烧不够，会出现沉涩的脉。糖尿病引发的便秘、阴虚火旺与皮肤瘙痒怎么改善？地黄、元参、麦冬，叫增液汤，增加肠管的液体，帮助肠子蠕动，就会改善，只要血糖指数调整，皮肤瘙痒就会缓解，可以加连翘。因为连翘抗病毒，木樨科植物是很好的抗病毒的药。

消渴不等于糖尿病

老祖宗关于消渴的看法

糖尿病是怎样形成的？往往与许多因素有关，譬如说感冒会导致血糖指数升高，因为外感而引起的血糖指数升高的话，中医在《伤寒论·阳明篇》里提到：烦渴，就要用白虎汤或白虎加人参汤，《金匮要略》也提到“消渴症”，现在很多人都说消渴就等于是糖尿病，事实上这种观念是错误的，因为在《金匮要略》里面把消渴分为上消、中消、下消，一般称之为三消症。上消属肺，患者会很渴，但排尿还算正常；中消属胃，会出现消谷善饥，意思是说很容易肚子饿；下消属肾，饮水一斗，小便一斗。

糖尿病的症状表现和危害

我曾经看过在台北市银行工作的一位章小姐，每天8点钟吃早点，9点钟就肚子饿了；中午12点吃中饭，下午1点就饿了，午睡都没睡醒，肚子就饿扁了；6点钟吃晚餐，7点钟就肚子饿了，大概1个小时吧。所以当你饭量很惊人的时候，我们就要考虑会不会有糖尿病。我也看过一个患者，二十多岁的钟姓女孩，一餐可以吃6碗饭，但是她不很胖，像这样的状况，就是所谓的“消谷善饥”。

我特别要提一个特殊病例，有个年轻小女生，每天什么饮料都不喝的，不喝水、不喝茶、也不喝其他的饮料，就喜欢喝可乐，每天至少一大瓶。大家都知道可乐里面有咖啡因，咖啡因破坏了她的胰岛素分泌，导致血糖指数升高，视网膜发生病变，最后眼睛失明，实在令人惋惜！

一般的糖尿病，除了会引起心脏血管病变外，还会导致视网膜发生病变，更严重的话会发生视网膜的色素病变，黄

斑部的病变,这样一来就出现另外一种眼科的症状,结果,才二十几岁,眼睛就瞎掉了。所以我一直希望,人对任何饮食都不能偏颇,人一次吃好几碗饭,就是太过,完全没有食欲,不吃,就是不及,太过与不及都是病态。就像这个只喝可乐的女孩,我就不懂她为什么一定只要喝可乐,还有很多饮料如白开水、茶可替代不是吗?

人工咖啡因的危害

也有人很喜欢喝咖啡,咖啡中的咖啡因是天然的东西,不过加在饮料或药物里面的咖啡因或成分就是人工合成的,譬如感冒药里就有麻醉性质的可待因,会像吃吗啡一样上瘾,所以会有人吃感冒药一次要吃 8 瓶,买感冒药不是一瓶、两瓶买,而是一箱一箱的买,想要达到一种麻醉效果;也有人吃感冒药,两天体重就增加了 18 公斤,因为它会破坏肾脏功能,影响到水分的代谢,导致水分的囤积,两天增加 18 公斤当然也不稀奇!有人吃了感冒药之后完全没有尿,有人吃了会全身水肿,实在很可怕。

我有个病例,是一个来自杨梅的女孩子,从事美容工作,春节期间感冒了就买成药解决,结果一吃全身水肿。难怪卫生单位不希望一般发热的人到药局买成药,因为发热其实是一种身体的警讯,乱服药物有时掩饰掉发热现象、或者真正的病情,这样医护人员就没办法掌控。

所以,咖啡因虽然在医疗上有不少用处,还是用天然的会比较好,因此用老祖宗教我们的方法,用天然药物治疗会好一点。

中消用承气汤系列、甘露饮

承气汤系列的解析

中消在《伤寒论》里面指出要用承气汤，承气汤有大承气、小承气、调胃承气。大承气比较作用在大肠，小承气比较作用在小肠，调胃承气比较适应在胃的部分。根据调胃承气再变出来就是桃核承气汤，很多活血化瘀的处方都会用到它，当然也包括心脏血管疾病、中风，使用范围很广泛。关于月经失调的症状，也会借助桃核承气汤，因为它是一个活血化瘀的方，里面有桃仁、有桂枝，对心脏血管、脑血管都能发生作用。

承气汤的疗效非常明显，前述章小姐，我给她调胃承气汤，服用以后，症状很快就有改善。但承气汤有个缺点，因为含有大黄，有些人对大黄非常敏感，吃了以后会拉肚子，拉肚之前常常肚子会绞痛，尤其大黄如果没有用酒萃取或用酒炮制的话，常常会引发肚子绞痛，接着就拉肚子。

承气汤类很有用，当然也因人体质而异，可选用承气系列的不同方，大承气、调胃承气、小承气各有作用，大承气比较强烈，再来就是小承气，较缓和的是调胃承气，调胃承气因为有甘草在里面，所以作用不会那么强烈。这也显示，中医看病因人而异，因个人的体质不同来选用方剂，到目前为止效果可说是很好的！

中消用甘露饮

这些年来我对消谷善饥的中消，大部分用甘露饮，本来甘露饮是治疗牙周病的，因为上牙龈属足阳明胃经，下牙龈属手阳明大肠经，牙龈出血就与牙周病有绝对的关系，也包括嘴巴臭，在《张步桃开药方》（远流出版公司出版）这本书

中我曾提及，有病患自己牙龈出血、嘴巴臭，就去买甘露饮，一吃就很灵光；结果他告诉我："你肯定不会欺骗我，因为你所提供的这处方，真的很灵光，真是造福社会苍生大众，功德无量！"

甘 露 饮

出自《太平惠民和剂局方》，为泻火之剂。能清热除湿，消炎凉血，为足阳明少阴药。熟地15～20g，生地12～15g，麦冬10～15g，天冬10～15g，石斛10～15g，枇杷叶9～12g，枳壳6～9g，茵陈10～20g，黄芩6～12g，甘草3～6g组成，水煎服。主治胃中湿热，口臭喉疮，目赤肿痛，齿龈肿烂，吐衄齿血，身热，二便秘涩。适用于口舌疾患、口内炎、口腔蜂窝织炎、舌炎、舌癌、咽喉炎、眼目赤痛、结膜炎、便秘、黄疸等。

我用甘露饮治中消，另外加玉竹，玉竹的学名叫葳蕤，但少有人知道，玉竹可能较多人知道，它和康乃馨同科。玉竹不寒不燥，可替代人参、黄芪；另外加黄精，黄精吃了以后肚子不会饿。



传说中有一个女佣，大概在主人家里不小心犯了过错，害怕主人惩罚，因此她就逃跑啦，逃到深山野外有相当长的时间。主人家当然也不忍心，怕她碰到坏人或野兽，也担心她没有能力谋生，所以就派人到处寻找；结果有一天就在深山野外碰到了，这个女佣一看到那么多人来，想必要把她抓回去，所以就拼命跑，一溜烟就爬到树上，比猴子的动作还敏捷，后来总算找到了！问她："这些日子都干什么啊，怎么维生啊？"她说："我吃一种草根，就不饿啊，一直维持健

康。”这植物就是黄精。

女佣发现山里所有植物中，黄精的味道最好，很甜。黄精和熟地黄长得很像，黑黑的、块状的，我曾经单用这一味药，每天吃它个 4 两，因为很便宜，1 斤大概只有几十块钱，每天吃 4 两，会有饱足感，不会肚子饿，也不会嘴馋，不会想一直吃东西。现代人看电视的时候，总有人喜欢一边吃饼干、吃高热量的食物，又懒得动，所以不胖也难！我加了玉竹、黄精，患者饿的感觉减少了，一方面可以治疗消谷善饥，一方面又可以达到减轻体重的效果。

下消比较接近糖尿病

三消不等于糖尿病，天癸不等于月经

传统医学中的“下消”比较接近现代所谓的糖尿病，可是很多人，不管写文章也好、演讲也好，都喜欢用等号，讲三消等于糖尿病，这种观念不是完全正确；它可以与糖尿病扯上一点关系，但是不能用等号。

这就像《内经》讲的“天癸”一样，很多人写文章或演讲说天癸就是月经，这种观念也是大错特错，女生以七为周期，二七天癸至，说二七十四岁，月经就要出现了，因为性激素分泌成熟了，七七天癸绝，七七四十九岁，是一般女性生理周期结束的年龄，也就是所谓进入更年期的症候群，所以女生讲天癸是月经倒无可厚非。可是在《上古天真论》第一章里，说男人以八为周期，二八天癸至，所以理论上二八十六岁，男性性激素分泌成熟，要结婚的话，十六岁是最低的结婚年龄；那当然早期有的十二三岁就结婚的，事实上他的性激素还没有成熟，那你可以说二八天癸至男性月经就来了吗？岂不是很荒谬！所以所谓天癸，应该是指男、女性的性激素，因为男性也有更年期，男

性的更年期是八八六十四岁，女性是七七四十九岁。

心肾不交用交泰丸

回到下消。一般下消属肾，但是中医所谓的肾与心，不是单纯的指解剖学上的心脏和肾脏，譬如说睡眠障碍中有一个症状叫做心肾不交，这里的心、肾都是指大脑；睡不着觉与心脏有什么关系？睡不着觉是和大脑有关系！所以很多病患问："我是不是脑神经衰弱？"我会说这个名词是西医名词，中医没有脑神经衰弱这名词，脑神经要怎么衰弱？中医叫做心肾不交，因为心和肾会在大脑中枢进行交通，心肾不交就会引发睡眠障碍。老祖宗创制了一个名词叫做"坎离"，坎就是水，离就是火，坎就是肾，离就是心；心属火，在八卦里属离，肾属水，在八卦里就叫做坎；但是治疗用的药，不叫坎离丸或坎离丹，叫做交泰丸，"交泰"出自于八卦，因为前面一卦是否卦。



对症育方

交 泰 丸

本方是一首治疗心肾不交的著名方剂，药仅黄连、肉桂二味，能清心火助肾阳，使心肾相交。最早明确提出黄连、肉桂同用，治心肾不交，名交泰丸者，为清代王士雄，他的《四科简要方 · 安神》谓："生川连五钱，肉桂心五分，研细，白蜜丸，空心淡盐汤下，治心肾不交，怔忡无寐，名交泰丸"。本方主要适用于心肾不交、夜寐不宁等症。

在《伤寒论》里面有五个痞硬症，有大黄黄连泻心汤症，有附子泻心汤症，有甘草泻心汤症，有半夏泻心汤症，最后有生姜泻心汤症，它所治疗的就是痞硬症；因为前面一卦是否卦，肯定就会有所谓的绝处逢生，有所谓"山穷水尽疑

无路，柳暗花明又一村”，所以说“否极泰来”，也就是泰卦，所以人不用气馁、不要灰心，也不要觉得人生是绝望的，因为往往危机就是转机。

我用黄连和肉桂来治，黄连入心，肉桂入肾，让它们能够在大脑皮质来进行交通，所以我们称之为交泰丸。

黄连入心属火，肉桂入肾属水，水火既济就是心肾相交，也就否极泰来，睡眠就改善了！不过，这样是不是真的都有效？似乎也未必！某卫生所有一位护士，严重睡眠障碍，我给她吃了交泰丸，效果似乎不是很理想！

善用肾气丸

下消属肾，所以患者排尿次数多，尿量也多。

下消症状比较容易出现在年纪大的人身上，有些老太太、老先生冬天一个晚上要起来七八次，睡性好些的倒也罢了，有人睡性很差就很糟糕，辗转反侧，眼睁睁地看着屋顶、天花板到天明，实在痛苦不堪！由于水分从体内代谢出去愈多，相对的，因为它走前阴，前阴就是泌尿道，相对的后阴也就是大便道，大便就会比较干、比较硬，再加上年纪大了，肠子比较无力，这样子就引起年纪大的人的气秘，就是肠子蠕动阻碍了，引起老人的气秘；再加上糖尿病引发的脑血管中风，那就引起所谓的风秘。

也因为下消属肾，用药方面使用肾气丸的机会就比较多。肾气丸就是桂附八味，能够改善老年型糖尿病，吃了以后尿的次数减少。当然我们处理糖尿病，在肾气丸、六味地黄里面，有山药是补脾的，山药有一百多种营养，已经确定证实可以降血糖。

降血糖简易方

很多食物可以降血糖，也有很多简易的方子降血糖。



所有葫芦科植物，像西瓜、冬瓜、丝瓜、葫芦等都有类似作用，尤其是苦瓜。苦瓜在结小苦瓜的时候，农民就把它套在宝特瓶里面，这样子第一不受污染，第二不会被蜜蜂或粉蝶蜇，然后就让苦瓜一直长，长到充满宝特瓶以后，再采收。因为是干净无污染的，加上米酒或米酒头，泡出来就叫做苦瓜酒。苦瓜酒也好、苦瓜汤也好、苦瓜凉拌也好、苦瓜红烧也好，肯定都可以降低血糖。另外，不加糖的豆浆也都有降血糖的作用。

葫芦科植物里面有一味中药叫天花粉，学名叫做瓜蒌根，里面最重的成分是淀粉类，一般我们降血糖用兰科的石斛，有三种兰科植物，都有神奇效果：一个是白及，对整个内脏组织或者器官的修复作用很有效，胃溃疡、十二指肠溃疡、胃穿孔，在处方里面加白及进去，就有修复作用，因为白及是所有药物里面黏着性最强的。再来就是石斛，它可以降血糖，对男性的强壮也有很好作用。还有就是天麻，它有抗衰老作用。这三种植物都有胶质，把石斛放在嘴巴里一直嚼，会有黏黏的黏液出现。



甘露饮也有降血糖的作用，还有生脉饮，其中有人参、麦冬、五味子，当然也可以用元参，元参入肾，能够补肾水，就能消除口渴作用；麦冬入肺，所以有时候不用元参改用沙参也行，可以养肺滋阴；五味子本身是酸的，酸的东西可生津止渴；山茱萸也是酸的，外观和葡萄干很像。

我用沙参、麦冬、五味子或元参、麦冬、五味子，当然也可以用粉光参，也可以用高丽参，都没有关系！因为中医一方面也看症状，另一方面也看经济能力，因为高丽参比较贵，粉光参比较便宜，一般用党参、元参、沙参又更便宜了。沙参入肺养肺阴，因为上消属肺，所以用沙参麦冬汤，其实对于某一些的 SARS 症状也能发生作用！

《医方集解》里有一个“消渴方”，里面含有黄连，事实上六味地黄的地黄本身也可以降血糖，因为地黄里面含有

很丰富的多糖体成分。元参与地黄同科，也都有降血糖的效果。

糖尿病与饮食高度相关

糖尿病第一与遗传有关，第二与饮食有关。美国大兵在越战时期，都只吃些高脂肪食物，要不然就是牛排啦，三分熟、五分熟的，都是高热量、高营养价值的。所以一百个越战美国大兵，大概有一半以上有血糖指数偏高的现象，一旦发生紧急状况，当然就送医院急诊，第一先要验血，然后几乎所有送医的伤患都会打点滴，点滴通常有两种，一是生理盐水，补充水分，另外就是葡萄糖，可是如果是血糖指数偏高的人，葡萄糖一打进去就休克，血糖指数就飙起来了。所以当年那些美国大兵的手腕或脖子，会刻上名字、血型、还有血糖状况，这样的话，看急诊时一看到有糖尿病之虞的，就不能打葡萄糖！可见饮食非常非常重要。

老祖宗其实很早就发现"膏粱厚味"，意思就是饮食特别讲究，吃得太好了，导致胰脏胰液分泌增加，使胰岛素分泌失调，最后就出现糖尿病。我自己本身有家族性糖尿病的遗传，我父亲是非常严重的糖尿病患者，我大姐、二姐、大哥全部是糖尿病，尤其是大姐、二姐，她们目前视网膜已经严重病变，眼睛几乎看不见了，而我自己本身对饮食的掌控就非常非常严苛，四十多年来没吃过月饼，没有吃过泡面，不吃龙眼、荔枝。甜食一定要尽量控制，淀粉类的东西，因为会转化为糖类，如果无法消化、燃烧的就沉淀、囤积，久而久之，当然就引发胰岛素分泌失调的现象。

我们的健保电脑分类统计，糖尿病 2002 年 532 人次、2003 年 449 人次，可知糖尿病已成现代文明病。这些现象肯定与饮食有关。我本身就是家族遗传，十几年前曾经在三总检查，但至今我未再检查。这是因为我认为即使检查

异常，如不忌口又有何用？

家父生前罹患糖尿病，颈椎曾长毛囊炎，住院80天，并从大腿切皮移植颈部，但后来又未忌口，家母帮他冲泡无糖牛奶，他却偷放方糖，身故后，我们帮他清理抽屉，才发现内有很多药罐中装了糖，且生前他在安乐路一药房帮人看病，据说常买香蕉或含高糖分的沙土，这些都因未能忌口，造成病情不易控制。经国先生生前也有很多民间朋友，为博感情，到葡萄园摘了葡萄就吃，在路边摊口味对的就吃，也不管对糖尿病是否恶化，也是不忌口。

我在马祖西莒服役时，中秋老总犒赏月饼，当时我没吃，暂放公文柜，结果忘了，过了很久，翻公文找到月饼，竟然没坏，我肯定内含高剂量防腐剂，所以自那时起，我就不吃月饼。曾有一位朋友从香港带一个400元的月饼送我，我也不吃。其他如糖分高的芒果、龙眼、荔枝、香蕉也不吃。有宜兰来的一位王丽惠小姐，血糖400，可是能一口气吃6斤龙眼，不控制口欲，治愈率就低。所以我对饮食控制严谨。米饭除每周二、六中和门诊晚间与高龄91岁的家母用餐，为免家母担心，而勉强吃半碗。所有淀粉类会转换成糖类，影响胰岛素的代谢，糖尿病的人都比较消瘦，就是这个道理。

饮食控制非常重要

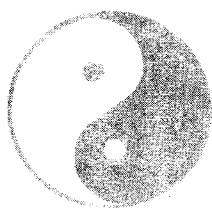


家族遗传无可奈何，饮食部分就一定要自己控制。不要喝可乐喝到变成糖尿病，眼睛瞎掉；不要过度的劳累、过度情绪变化，造成胰岛素分泌的失调；还有就是生病，很多病会导致血糖指数升高，尤其病情严重恶化的时候，胰岛素的分泌马上失调。总之，血糖指数本身并不可怕，可怕的是所带来的并发症，从大脑开始并发脑血管的病变，因为糖尿病而出现的脑中风的病例，比例相当高；引发心脏病变也是

一样；再来就是截肢。

中医看病不会只单纯处理脚的问题，一定会兼顾血糖问题，如果出现坏疽病，最理想的处方就是当归四逆汤。坏疽病又叫做脱疽病，末梢组织整个都变黑，因为血液不能够供应到末梢组织，所以局部末梢组织就坏死。从脑血管，到心脏血管，到运动神经，还有就是皮肤病；在《金匮要略》讲到，糖尿病如果不能好的话，很容易引起痈疽，包括肿瘤病在里面！所以一定要兼顾，治疗皮肤病就一定要兼顾血糖，血糖控制好了，皮肤病就好得快。

第 10 篇 肿瘤病及日常疗养



• 小方治病

☞ 鹅血治食管癌

☞ 按压内关止呃

• 保养提示

☞ 金银花、甘草、黑豆泡茶喝可以预防肿瘤

☞ 莲藕或荷叶蒸排骨，荷叶蒸水饺能化瘀

☞ 薏仁、黑木耳、荸荠都很好

☞ 预防大肠癌多吃纤维质的东西

☞ 吃海里的动植物对肿瘤有预防作用

☞ 饮食清淡对身体好

☞ 预防血癌要规律作息并且少吃油炸食物

☞ 心理疏导对癌症治疗很重要

• 医生借鉴

☞ 口臭、口腔炎、舌头病变，都可用甘露饮处理

☞ 逍遥散变化治疗淋巴癌较好

☞ 食疗心疗相结合才是肿瘤治疗之道

【医案】颈动脉瘤、颈部淋巴肿

病历号码:57055

姓名:吴□□　　1992年4月9日生

初诊:2000年10月19日

主诉:左颈部有淋巴肿瘤10.6公分

患者年仅9岁,在颈部动脉血管旁就长了10.6公分的淋巴肿瘤,经某大医院诊断,必须立即切除化疗。

初诊时,父母亲紧张焦虑,我给予小柴胡汤、天花粉、浙贝母、荷叶、桔梗治疗。颈部是属少阳经,故以小柴胡汤为主方,加元参、牡蛎软坚,天花粉、浙贝散结,荷叶化瘀;桔梗是载药上行。

10月26日二诊,荷叶改夏枯草,夏枯草在药物学中有消瘰疬之故。

11月16日三诊,肿瘤已逐渐软化、消散,故调整处方,用小柴胡汤、真人活命饮,加青蒿、元参、牡蛎、荷叶、夏枯草。真人活命饮又称仙方活命饮,是薛立斋先生所制定的方剂,用治痈疽,即肿瘤。青蒿属菊科,我们也介绍过,它有芳香悦脾功效,也是治肺结核的药,方剂有青蒿鳖甲汤,当时的中医乐于使用。中国中医研究院从青蒿提炼

青蒿素，取代常山、奎宁治疟，另外它作用在少阳，对有些不明原因发烧，也有很好疗效。

四诊时，淋巴肿就逐渐消散。经过连续8周服用中药，肿瘤渐消，第10周就完全康复，回医院检查，还以为肿瘤是自然好的。

提到这个病案，我们忍不住觉得纳闷无奈，因为病人明明服我们的中药痊愈，却不敢向西医讲，甚至有人还要在医院偷偷吃中药。所以我还在中医药委员会担任执行秘书的时候，就有一个理念，希望在各医院增设中医部门，结合治疗，因为要像高雄市单独成立中医院谈何容易？当年台北市政府曾在关渡地区征收一片土地，准备盖中医专门医院，但一年拖过一年，政府在预算法规定下，只保留五年，结果这构想变成泡影，只好将和平医院中医部再升格为台北市立中医院，算是给台北市面子。

我当时就是担心专设医院旷日费时，夜长梦多，所以不如在各医院设立中医部。到目前只有台大系统始终认为中医不科学，而未设中医部，其他如三军总院、荣民总院都已陆续成立，这些虽是后话，但政府或民间医疗机构能排除本位主义，则可节省大量财力成本，相得益彰，病人也可获得较妥善的医疗选择。

吴小朋友在耐心服药下，总算度过生命中的劫难。这里我要再叮咛，淋巴肿瘤患者不可晚睡，或吃油炸物。

十大死亡疾病之首

从1983年到现在，每一年的卫生统计年报，十大死亡最主要的疾病种类，肿瘤病都占第一名。肿瘤病因为种类很多，从头到脚，每一个部位都可能形成肿瘤，所以在统计上始终高居第一位。

如果把男女肿瘤做一个区分，男性每一年死于肝癌的比率都是第一，这就显示国人的饮食文化，很值得思考与探讨。男人真命苦，每天都这样劳劳累累的，因为肝最怕疲劳，一疲劳，罹患肝病的几率就比较高。早在两千年前，《黄帝内经·素问》第八章就讲“肝为罴极之本”，意谓过度的劳累，最后受到伤害的就是肝脏。所以我一直呼吁大家在子时以前就要休息，而且不要过度疲劳，现代医学有“过劳死”这个名词，太过劳累折旧率当然就高。

女性的十大死亡原因竟然肺癌是第一名，简直不可思议，这与我们的厨房有关系。我在很多地方呼吁，从今开始所有的女性不要再走进厨房，因为厨房是非常不可爱的地方，因为抽油烟机能吸掉的油烟有限，大部分都从你的鼻腔吸进去，留在你的肺叶当纪念品。所以到今天为止，肺癌有两年都是女士死亡率的第一名，这与我们的饮食文化有很大的关系，大家喜欢吃煎的、炸的，那些油烟全部吸到妈妈的胸腔里。

很多人以为古代没有癌症，这是不正确的，早在《黄帝内经》时代就有很多记载。《黄帝内经》有两部分：一叫灵枢，一为素问，《灵枢篇》的最后一章叫《痈疽篇》，痈疽就是肿瘤病，但是还要分阴阳，痈是阳症，疽是阴症。这篇文章是叙述常在不同的地方有不同的疾病名称：痈会红肿热痛，疽是不红不肿不热，可是会痛。阳症来势汹汹，发展得很快，一般人看到这种就很害怕；其实错了，来势汹汹的都比较好处理，不红不肿不热可是会痛的阴症，反而更难缠。

有位流动摊贩卖衣服的吕先生，20 年前大概因为感冒，喉咙痛不舒服，结果误治，导致全身肿胀，皮肤像虾子烫熟的颜色，肿到像大象一样，我用荆防败毒散加连翘、蝉蜕、金银花这类消炎解毒清热的药，3 天之后，肿胀即消。本来在背部脊椎大杼的地方长了一个像皮球那么大的破洞，三

四年都不会愈合,不会结痂,等他全身的肿胀消掉以后,伤口就愈合了,所以他到处去宣传。

除了痈疽,还有积聚。积与聚,一个会动,一个不会动。积是不动的,病情就比较严重;聚是会动的,游走性的。另外有癥瘕,癥就是真的,长在固定部位不动的就叫癥,也就是积;另一个瘕是假的,会跑来跑去的。还有痃癖,女性的肿瘤,譬如子宫内膜异位、子宫肌瘤,又有肠覃与石瘕,都是女性的肿瘤,这些名词只限定在女性尤其是妇科的部分。

癌症与生活、个性有关

人吃五谷杂粮,难免会生病,尤其是生理的因素。郁郁寡欢、常常压抑、喜欢生气,尤其是生闷气的人,罹患肿瘤病的机会特别多,所以不是现代人才会罹患肿瘤,从古至今,不胜枚举。发病的原因,像伤风感冒这是外来的因素,演变成内脏组织产生肿瘤,大部分和喜、怒、忧、思、悲、恐、惊这些情绪变化特别有关,所以放宽心胸、放松心情,对肿瘤都会有一定的帮助。

除此之外,与饮食习惯也有很大的关连。现在很多小朋友吃冰冷的东西,我到现在为止看许多长脑瘤的年轻人,大约都与这个有关联。

几个脑瘤病例的启示

有个姓戴的,已经开过4次脑瘤,而且在1年内开了两次。另外有个国中二年级的小男生,个子很高,大概一百八十几公分,很喜欢打球,大家知道,几乎没有一个例外,打完球一定喝冰冷饮,有一天他来,说右手右脚没有力,我就叫妈妈带他去做CT扫描、磁共振,第一次没照出来,隔一阵子再照,果然脑部有长东西,才国中二年级。

这状况到底要不要开刀?开刀的话,坦白说,到现在为

止,很少开好的,没有一个预后状况良好。以孙运璇先生为例,有医疗群照顾,到现在为止,舌头还是僵硬,行动还是不便。我在某大医院看过数例,年纪都很轻,所有开过脑的,平衡感都有问题,一定会晕眩,晕眩就会想吐,运动神经也不是复原得很好。

开过刀后脑细胞会异常放电而出现癫痫,我就用柴胡龙骨牡蛎汤,加钩藤、天麻、秦艽、僵蚕、蝉蜕,因为柴胡龙骨牡蛎汤里有生姜、半夏,是治疗呕吐必用的药物。有时用真武汤,真武汤里也有生姜,真武汤里的附子有强心作用。不然就用半夏天麻白术汤,这个方子里有半夏和干姜,对晕眩所产生的呕吐有相当好的治疗效果。这几个方子,肯定都会作用到大脑。到现在为止,这几个病例反应都非常好。

我记得还有一个中正国中的小男生,本来妈妈已经安排要帮他开脑了,结果在放暑假前的一个月来找我看。因为他吃类固醇,所以头胀得很大,引发脑积水,压迫到视神经,所以视力有问题。我用柴胡龙牡汤、真武汤加活血化瘀的药,最主要的是加荷叶、升麻、苍术,由这三味药组合的方叫做清震汤,对脑积水非常有效。

还有一位小男生,现在应该已经满两岁了,从出生到10个月大就开了13次刀,从这家到那家,开完大脑后,压迫到视神经,眼睛就看不见,压迫到听觉神经后,听力就受到影响,出现脑积水后就接引流管,还好没有引发脑膜炎。人的4个脑室是互通的,几百亿的脑细胞,每一个都不能发生错乱,一发生错乱就天下大乱,和网际网络一样。他本来4个脑室都不通,后来医院发现竟然两个脑室通了,觉得不可思议。我也是用柴胡龙牡汤和清震汤。

这些年来看过的脑瘤病患累积下来大概也有数10例,反应都非常好。怎么确定是不是长脑瘤:第一,常常头痛,痛到像锥子钻动的刺痛;第二,痛到眼睛会经常模糊甚至失明,痛到会呕吐。所以呕吐的现象几乎一定有,假定你周围

的亲戚朋友有头痛到这种程度的，你可以建议他到医院做断层，或许能够早一点发现，早一点开刀，尽管开刀到现在为止成功的很少。

脑瘤可能与饮食习惯有关系

脑瘤病患愈来愈多，我发现可能和饮食习惯有关系，现代人不管男女，只要是新新人类，剧烈运动后一定喝冰冷饮，要知道，剧烈运动后血管肌肉神经是扩张的，喝了冰冷饮后就收缩，一扩张一收缩间，有的人就出血了，快速出血的话，可能一下子就昏迷过去，慢慢出血的话，就沉淀在脑部，累积后就成了肿瘤。

另外就是吃速食，炸鸡块是全天下最烂的食物，现在的鸡是用激素养的，你要知道，鸡在晚上是看不见的，叫夜盲，你看现在的养鸡场，24 小时都开着灯，为什么？让鸡 24 小时都醒着，随时吃，所以 40 天就养成一只鸡，卖给速食店时，激素都还在里面，吃到小孩子的肚子里，就刺激脑垂体，影响脑垂体分泌异常。我已经看过五六个，脑垂体长瘤的，没有怀孕，竟然每天都有奶水，如果是女性很可能变成乳癌，非常可怕。

人的五官掌管所有知觉，让人看见颜色景致，让人听见声音，让人闻到味道，让人尝尽酸甜苦辣，眼、耳、鼻、喉、口腔等，是人们的感受器官，也是与外界接轨的重要管道，自然是现代人很常出毛病的部位。中医的眼科我们在上本书已有详细说明(请参见《张步桃开药方》)，现在就其他部位来谈。

鼻咽癌

中国人喜欢吃熏、烤、炸、腌渍的食物，导致癌症病变的机会特别多。其实热带、亚热带地区，几乎都脱离不了湿、

热症状,喜吃冰品是很重要的影响因素。从饮食看,要确实调节饮食,避免吃烟熏的腊肉、香肠之类等,才能减少罹患癌症的几率。

台湾鼻咽癌病患多,最重要的当然因为抽烟,抽烟的人到最后一定会肺气肿,肺气肿的最后下场就会演变成呼吸困难或气喘,最后演变成气切,需要补充氧气,所以能不抽烟最好别抽烟。奇怪的是,很多年轻人为了表现已经长大了,就学抽烟以表现成熟;有些人为了寂寞无法排遣,有些人为了追求时尚流行,总是有很多的抽烟原因;而且不仅男性,有愈来愈多女性也抽烟,实在不是个好现象。

西医治疗鼻咽癌的方法,就是开刀、化疗、放疗。我有个最成功的病例,目前还在台南师范大学教书,是文化大学地理研究所的李博士,早期是在花莲师专,后来转到台南师院,是非常成功的一个病例。

之所以会痊愈,或许与个人的情绪压力有关系,他在花莲师专教书的时候,一方面在文化修博士,工作劳累、压力很大,在花莲师专的职位升迁又受到排挤,后来他毛遂自荐去台南师院,校长同意了,他的情绪也平稳了。所以我说,一个人的情绪往往会救他一命。可以讲是这个校长治好他的鼻咽癌,校长不是医师,只不过让他的工作环境获得改善,又可以就近与家人相处,因为他太太在台南女中教书,孩子也在台南,他最后工作有着落,博士也拿到了,一家团圆,职位升迁,全部都解决了,这比吃任何药物都要来得灵光。

通常我治疗鼻咽癌,都是用补正驱邪的方式,也就是加强病患的抵抗力,让他自己有足够的能力对抗癌细胞,这才是最根本的一种治疗。化疗、放疗都不是办法,一般鼻咽癌有人会鼻塞、鼻子过敏、鼻黏膜红血丝、有灼热感、有痛感,最严重的话就有恶臭感;最后,有的是鼻子完全不能呼吸、不通气。有症状,中医就针对症状治疗,见症治症。

鼻咽癌、肺癌我用清燥救肺汤。这药方里有些高营养的东西：黑芝麻可以滋润，补充植物性蛋白质和脂肪；桑叶供应纤维质；阿胶有非常好的动物性胶原蛋白在里面，就像油漆、水泥一样，可以修补裂痕，对组织的破损有修护作用。

喉癌

鼻咽癌往往会与喉头癌一起，我看过一位板桥杨太太，罹患喉头癌，作过化疗、放疗后，整整5年时间，喉头每一分每一秒像被火燃烧的感觉。她有好几个儿女，每一个都很孝顺，杨太太告诉我，如果不是看在儿女孝顺的份上，她每一分每一秒都想要结束自己的生命。她说："鼻咽癌不会死人，可是比死还要痛苦。"我作个比喻，拿支火柴或打火机，点燃了，对着你的手或任何局部组织也好，只要一分钟，你肯定就受不了，如果要承受一千多个日子，每一分每一秒都像火在燃烧的那种感觉，那是很痛苦的，简直是人间炼狱。

我开的药方是甘露饮、清燥救肺汤，吃了以后，火烧的灼热感与痛感就消失了。经过西医处理后，往往破坏黏膜组织，才出现灼热感、痛感、燃烧的感觉。既然黏膜组织被破坏了，中医的疗法就是加个保护膜，用些滋阴养阴的药，所以选择甘露饮。

口腔癌

现在口腔癌的病患很多，口腔癌患者最后连嘴都张不开，也不能咀嚼。口腔癌通常经西医治疗后，整个黏膜组织被破坏，分泌减少，所以又干又痛，整个口腔几乎不能张合。所以一方面我们修护，用如甘露饮之类的药，一方面我们松弛，就用钩藤、秦艽、葛根等，整个口腔病变就改善了。

口腔溃疡

口腔溃烂的原因很多,最常见的就是睡眠障碍,当然外感也会。睡眠障碍原因在于晚上属阴,愈睡不好就愈消耗人体的营养物质和水分,出现溃烂的机会就特别多。感冒的话,容易发热、喉咙痛、口腔溃烂、舌头破等。有些人还会便秘,那是因为体内废物没办法代谢出去,毒素就一定会找身体有孔窍的地方堆积。既然后阴不通,就往上面七个孔窍发展,在脸上显现很多痘痘;在鼻腔就可能会有灼热感,甚至鼻孔会痛;到耳朵就可能引起内耳或中耳发炎;在眼睛就可能出现角膜炎和结膜炎,严重的话甚至有虹彩炎;在口腔就出现口腔炎、舌头破等这些病变了。

口腔溃烂与饮食当然有绝对关系,喜欢吃膏粱厚味像麻辣火锅、羊肉炉、姜母鸭等,里面都有些比较燥热的材料。另外,现在很多食物烤、炸、烘、焙,如炒花生、炸花生、炸鸡块、炸薯条、饼干等,这些食物本身燥热,会使口腔黏膜的水分被吸收掉,如果你本身黏膜组织又比较脆弱,就更容易破。有些水果也有危险性,到夏天,龙眼、荔枝、榴梿等,有人吃了就很容易口腔溃烂,甚至于流鼻血。

现代医学对口腔溃烂有另外的看法。西医认为可能是缺乏维生素 C 或 E 所导致,所以医师就喜欢提供维生素 C,不过如果这方法有效的话,我也不会有那样多这方面的病患了吧!

口腔溃疡的治疗

有位芮太太,整个口腔病变历史大概有 50 年,始终好不了,看遍中西医,最后找到我。我用甘露饮加味。甘露饮不仅仅对口腔溃烂有效,对口腔炎,甚至口腔癌,也可以用这个处方处理。

芮太太还要面对口臭问题,因为胃不和则口臭,现在口

臭的人愈来愈多，睡眠障碍当然是口臭的一个因素。牙周病也会导致口臭，一般刷牙时，如果牙龈会出血，咬合咀嚼东西时，不管碰到冷、热、酸、刺激的东西，牙龈会出现痛感，这些都是牙周病的症状；嚼槟榔也会口臭。



口臭、口腔炎、舌头病变，都可用甘露饮处理。舌头、口腔、嘴唇等，在中医观点里认为舌与心有关系，口腔、嘴唇与脾有关系。我有两个从南非的约翰尼斯堡回来看病的患者，一位姓林，一位姓黄，他们因为舌头会麻、会肿、会胀、会痛，找不到原因，也治不好，原先计划到英国皇家医院就诊，准备做组织切片，想知道到底问题出在哪里？后来不知道从哪里得到资讯，就专程回来找我。我开药之后，吃到第二天，舌头的麻、肿、胀、痛就缓减了，第二诊的时候我问她要不要提早回南非，她说干嘛呢，我都已经请假一个月了，顺便回台湾探亲嘛，然后休息休息。我怎么治疗？还是以甘露饮做基础。

口腔癌的治疗

一般口腔的毛病，大概都和心、脾有关系，因为脾胃开窍在口腔、口唇，心开窍在舌头。西医治疗鼻咽癌或口腔癌，要把牙齿全部拿掉，我觉得很残忍，还不确定是否能把癌症治好，就先拿掉整个牙齿，你叫他将来怎么办？至于化疗，用意在于怕扩散、转移，但是有那么乖的癌细胞，会乖乖让人化疗来消灭它吗？所以术后我用补正驱邪的方式，让正常的T细胞能够对抗癌细胞，这样才是一个正常的治疗方法。

有位张先生是口腔癌，来我这吃了两次药后，第3次来就诊告诉我，他觉得效果太慢，我觉得真是太不公平！你看了多久西医，身体被伤害多久？我要做的是建设、复健工程，盖栋房子也要3年吧，我不要求你看3年，3个月应该公道吧？才看了3个星期就要求立竿见影，怎么可能！

还有一位郑先生，我叫他不要再去医院看了，他怕万一医师不理他怎么办？于是又乖乖去做第6次化疗，本来头发都掉光了，嘴巴都张不开，我帮他修护到气色很好，本来满头白发，后来长出的是黑发，但是他还是坚持再做化疗，一做下去就手臂肿胀，我好不容易建设好，又被破坏，而且第2次破坏比第1次威力更强，后来我也不知道该怎么处理。

食管癌

食管癌绝对与饮食有关系，吃得太精致未必是好现象，这会让食管不作工。以前人吃得很单纯，50年前是没有什么东西可以吃的，自从泡面出现后，不得了了，如雨后春笋，品类之多、花样之繁。可是泡面对健康并不好，我到现在一口没吃过，我宁可饿死也不会吃的。

有一回我去英国旅行，同团24个人，有人带一整箱泡面出门。你知道，到英国作深度旅游，只有伦敦才有中国料理、中华料理店，你才吃得到中餐，其他的地方都是当地的餐饮。比方说到苏格兰，只有风味餐，风味餐就是吃当地的伙食，没什么东西可吃。所以我在那边体重就差不多降了5公斤，鸡腿我不吃、牛排我不吃、猪排我不吃、鱼排我不吃。英国人是以马铃薯为主食，没有一餐没有马铃薯，偏偏马铃薯我也不吃，那也就罢了，连红萝卜我也不吃，所以很惨。大概有大黄瓜的话，我就吃一点大黄瓜，有面我就吃一点面，每天都是在半饥饿状态中勉强度日。

我要说的是，人们吃了泡面以后，胃癌患者多了，食管癌患者也多了。食物的添加物、防腐剂、色素、人工甘味等，对食管也有害，像冬天的火锅，尤其是麻辣火锅，温度太高，一入口直接接触的就是食管，所以饮食习惯也是很重要的一环。冬天吃滚烫的东西是很过瘾，吃了全身暖和，不会冷了，但是造成的一些伤害，可能让食管黏膜受到损伤，久而

久之，当然就像我们曾经看过的，吃了这些麻辣火锅、姜母鸭、羊肉炉，结果造成声音沙哑。更麻烦的是，吃火锅时人们还喜欢配冰啤酒、冰冷饮，冷热交至且不合，就造成消化道器官黏膜组织受到伤害，时间久了，累积下来就变成鼻咽癌、食管癌的病变了。

出现这些现象，我比较常用的一个处方是旋覆代赭汤，对于食管癌、胃癌都有相当的作用，顺天堂制药厂的产品，有一种叫做乐适舒(W. T. T. C.)，对食管癌、胃癌、肠癌，也有相当的作用。

《冷庐医话》的作者清朝陆定圃先生，又叫陆以湉，在书里针对喉头病变——也就是食管癌——有一个方，叫做启膈散，他同时也提到一种药材——鹅血，因为禽类中，鹅的脖子最长，那么长的脖子，你有没有看过哪一只鹅有食管癌？而且你知道它吃的那些食物，都是些米糠，米糠还好哦，它吃那个稻米稻谷的壳，把它磨出来的稻外壳。稻壳一般人都把它当作燃烧的材料，当作堆肥的材料，结果我们在乡下为了节省饲料，就拿来拌地瓜、米饭，给那些鸡鸭鹅吃，鹅吃的时候吞咽很困难，可是你也没有找到一只鹅是食管癌的，有意思吧！这方法叫做"取类比象"，当你杀鹅时，趁热把鹅血喝下去，相传可以治疗食管癌，确实值得一试。



皮肤癌

其实，我们最常接触也最常看到的癌症患者，是皮肤癌病患。皮肤癌与大自然环境有关系，台湾的环保起步比较晚，而且公权力不彰。前美国总统里根先生也是皮肤癌患者，他的皮肤上面长了类似息肉的东西，西医就透过激光疗法、外科手术治疗，但我觉得皮肤癌和内在器官也有关，如果要归纳，是归在呼吸系统的范围，也就是所谓的肺。肺主皮毛，生活方面饮食清淡是最主要的预防之道，有一些药如

甘草、金银花，对于缓解体内毒素作用很明显，桔梗、北沙参、白木耳、百合这一类对肺都非常有作用，譬如说清燥救肺汤、麻杏甘石汤、泻白散等方剂，都作用在呼吸系统。

空气污染，人们透过呼吸管道，透过皮肤接触，容易罹患皮肤病变，所以大环境的改善才是彻底治疗皮肤病的不二法门。再来才是加强呼吸系统功能，达到预防效果。

皮肤是这样，鼻子也是一样，以全世界来讲，中国人的鼻病也像是肝病一样，可以说是国病，大环境污染也是鼻病最主要的因素，其实鼻子的病变与皮肤的病变属同一系统。

胃癌

台湾胃癌的病患也很多，紧张、压力，共同的原因都差不多，你胃液分泌是呈强酸反应，胃的疾病太多了，幽门螺杆菌感染、胃发炎、胃溃疡、胃穿孔、胃出血，最终的发展就成胃癌。如果之前没有处理得当，开刀以后的发展都很不乐观。

已经确定是癌，然后经过外科切割，我们发现预后不良，我两个长辈都是胃癌，开刀以后没有多久就往生了，一个是我大伯，一个是我最小的叔叔，我老爹五个兄弟，两个就是死于胃癌的，大的、小的，我老爹是老三，他是糖尿病，我二伯呢？应该是自然老化的。

我大伯和小叔，手术完了，反而加速他们的生命结束，其实我们给他修复，可以用乐适舒，这处方听说是日本人开发的，最主要的一味药就是薏仁，薏仁可以止痛、消肿、去痹，包括盲肠炎在内，我们有一个方，叫做薏附子败酱汤，就有这样的功效。薏仁黏黏的，因为有淀粉，是一种很好修补的药，有些食物像黑木耳、白木耳，尤其是黑木耳，泡个3天以后，整个就软掉了，然后用小火慢慢炖，炖得像胶一样，那个胶就像我们的油漆一样，你的墙壁有了裂痕，我们用油漆给他粉刷，那个裂痕就不见了，你的胃有溃疡、穿孔、出血，



就用这种有胶质的东西修补。所以黑木耳的临床报告上，有人吃一吃他就不出血了。当然也包括荸荠，我们有一个病患大便出血，吃了荸荠以后就止住了。病患吃了乐适舒，痛感就减少，症状就慢慢改善了。

胃癌不开刀可以慢慢处理，因为有息肉，也会痛，会有灼热感，大便不正常，大便如羊屎，一粒一粒的，容易腹胀、嗳气，有时候会有痛感，泛酸，造成食管逆流，食物进不去。噎与嗝是不一样的，噎就是食管癌，嗝就是胃癌。我们是见症治症，症状排除了，病不就好了吗？

我有一个病患卓女士住在台中梧栖，她的肠胃病在某医药学院的西医一直看不好，还去挂急诊，找系主任，每一个星期就这样台中港跑医药学院，整整跑了两年没什么用，后来找我看没几个星期就完全好了。基本上我都是用修补的药，如用四君子汤、五味异功散、六君子汤、七味白术散、香砂六君子汤、参苓白术散这一类同系统的药，因为这些药都是健脾补气的药，她吃着吃着，身体功能就恢复了。莲藕汁这一味药也是非常好的，荸荠、莲藕汁、山药，这些都是可以单独使用的，你吃山药也成，每天山药炖汤、山药炒菜，现在很多餐厅都用山药炒百合、山药炒虾仁、山药炒芦笋，既味美又营养。

各种肠癌

肠的问题就多了，有肠癌，有直肠癌，有结肠癌，有大肠癌。男性都乱吃东西、喝酒无度，其实肠癌啊、胰脏癌啊、胃癌啊，几乎都是同系统的，基本上十二指肠与胰脏是帮助小肠消化吸收的。

胃就像一部果汁机，也像洗衣槽的搅拌机，把食物粉碎，所以胃液是强酸的，把食物粉碎了以后，粗糙的就带到大肠，刺激大肠蠕动，然后变成粪便，排出体外，所以为什么

说大便不好的人、不顺畅的人，都建议你多吃纤维质的东西。要预防大肠癌也是一样，就是要多吃一些纤维质的东西、碳水化合物的东西；有关精微物质的部分，就交给小肠，但是小肠本身并没有办法吸收，它是无福消受，一定要靠十二指肠液和胰脏的胰液分泌，来帮助小肠吸收。小肠吸收好了以后，脾脏就负责运输、分配。



我们说脾主运化、运输和生化，脾统血。这个脾是广义的，包括小肠、十二指肠、胰脏，所以现在有十二指肠的病变、有直肠的病变、有结肠病变，最后到了直肠肛门，一系列的病变。

肝癌

生活的压力，生存的竞争，导致心理抑郁，因此罹患肝病的人愈来愈多，出现肝肿瘤的病患也愈来愈多。到今天为止，现代医学把肝病分成很多种类，却没有药物治疗，对肝肿瘤、肝硬化的病患，我们有几个药方处理：你不快乐，我就给你逍遥散，吃了肯定快乐逍遥，这个名字老祖宗取得好，这个方子在宋朝陈师文先生编的《局方》里，全名应该叫《太平惠民和剂局方》，意思就是这本书里面所收录的方剂都是很平和的方，像生脉饮、逍遥散、四君子汤，这些方子纵使不能把病治好，也不会吃出问题。

其实有很多方是不能常吃的，治疗到一个阶段缓和下来后就要停药，这才符合《黄帝内经·素问》所讲："大毒治病，十去其六；小毒治病，十去其七；无毒治病，十去其八；常毒治病，十去其九。"最后用谷肉果菜食养尽之勿使过也。老祖宗两千年前就告诉你，治疗肿瘤病，最后还是要靠天然的东西来收拾残局，培养抵抗力，培养正气。

但是谷肉果菜还不能太过，你喜欢吃苹果，一次吃3个看会不会出状况。中华电信有个高小姐肚子痛，我说你一

定乱吃东西，她说没有，只吃了10个奇异果，一次吃10个，不出状况才怪。还有位王小姐，一次吃7斤半的龙眼，吃到淋巴肿瘤都跑出来了，你看看有多糟糕！任何东西都要节制，没有节制肯定出状况。

我用逍遥散，用加味逍遥散，加味是由逍遥散加上两味，第一味是栀子，第二味是牡丹皮。

牡丹是非常漂亮的花，和芍药一样，都属毛茛科植物，花很像，叶子也很像，但一个是多年生的草本，一个是小灌木，可是外观不容易分辨。牡丹皮是非常好的活血化瘀的药，用途很广，逍遥散里有，六味地黄变化出来的一系列处方里也用到，六味地黄有六味药，加肉桂、附子就变成桂附八味，加知母、黄柏叫知柏八味，里面都有牡丹皮，因为它是活血化瘀的药，肿瘤病会用到。栀子是很好的消炎药，茜草科植物，也有利于活血化瘀。

再来就是小柴胡汤的一系列处方，小柴胡汤变出大柴胡汤、逍遥散、加味逍遥散，小柴胡汤共7味药，对肝胆有很好的作用：如果会呕吐，有半夏、生姜；发炎现象，有黄芩，日本有12所大学合作研究过，对肝胆病变及现在最棘手的现代黑死病——也就是AIDS——拿这七味药来研究，结果显示柴胡对抗AIDS有作用，但是不明显，黄芩效果不错，人参对增强人体的抗病力，本来就是很重要的角色，半夏没有作用，甘草有作用。



对症有方

小柴胡汤

小柴胡汤解少阳，胸满胁痛呕吐详。
口苦咽干目眩是，柴芩参草枣半姜。

为《伤寒论》中经典和解之剂，足少阳之药。功能和解少阳，兼能和胃降逆。由柴胡12g、黄芩9g、人参6g、半夏9g、炙甘草5g、生姜9g、大枣4枚



对症有方

组成，上七味，以水一斗二升，煮取六升，去滓，再煎，取三升，温服一升，日三服。主治伤寒少阳证，往来寒热，胸胁苦满，嘿嘿不欲饮食，心烦喜呕，口苦，咽干，目眩，舌苔薄白，脉弦者；妇人伤寒，热入血室，以及疟疾、黄疸与内伤杂病而见少阳证者。

单一味甘草有效，单一味黄芩有效，但是不如小柴胡汤七味药组合起来对肿瘤的作用，而小柴胡汤去掉人参、甘草，加枳实、大黄和芍药就变成大柴胡汤、小柴胡汤，对体质虚弱的人能发生作用，它一方面能治疗，一方面能预防，让病毒远离。体质壮实的人用大柴胡汤，肚子胀、便秘的人更加合适，因为里面的大黄可以把积聚在肠管里的粪便排除掉。

小柴胡汤又可变出柴胡桂枝汤、柴胡桂枝干姜汤，这柴胡桂枝干姜汤是治疗肝肿瘤常选用的处方，因为里面有软坚的药牡蛎，生长在海里的动物、植物、矿物都有软化的作用，所以奉劝大家每天多吃海里的动植物，对肿瘤的预防一定有很好的作用，如果没有甲状腺病变的人，天天吃一点海带、发菜、海苔，一定会把肿瘤软化。



胰脏癌

在所有消化系统里面，最难缠、最棘手、最不好处理的，就是胰脏癌了。早期会误导，把它当作一般肠胃病在看待；等到问题发生，确定是胰脏癌了，到生命结束之间有的很快，不要 1 个月。我前后大概看了应该不止四五例，有的很快就结束，最远的是从台南来的，很年轻，才三十几岁，女性病患，痛到没有办法坐立，到我诊间是跪在地上，她自己有

自知之明，没有多久就往生了。我也看过一位住苗栗铜锣的老先生，也看过一位台南东山乡的。

最难缠、最疼痛

肝癌、肝硬化的病患到末期非常痛，不过再痛也痛不过胰脏癌的病变，胰脏癌的痛会痛到吗啡、大脑阻断剂都无法止痛。现代医学通常采用断食疗法，因为我们吃的东西靠胃消化，消化完后的物质，粗糙的就送到大肠，精微物质就交到小肠，但是小肠没有办法直接吸收，要靠两个单位的分泌，一是十二指肠，一是胰脏，以制造一个中性的吸收环境。

人是中性的动物，但胃是酸性的，胃中消化的食物直接交给小肠，小肠无法吸收，必须仰赖胰脏和十二指肠的分泌，所以吃得愈好，十二指肠、胰脏的负担就愈重，也因此营养价位愈高的国家，罹患胰脏癌的几率愈高，例如胰脏癌在美国死亡都排名前五名。由此类推，吃得愈清淡对健康愈有帮助，吃得愈油腻对身体愈不好，尤其年纪大的人，要常常提醒自己，自己的肠胃消化功能已经不是三四十年前的了。

胰脏癌病变到目前为止，坦白讲我的印象里面好像还没有成功的病例，因为早期很多人一直把它当作一般肠胃病，吃那些肠胃药，都不太理想，等到已经确认是胰脏癌，再来找你当然是吃力不讨好。一开始发现胰脏癌病变来找你的几乎没有，到最后经过大医院确诊是胰脏癌病变来找中医的话，我们只有收拾残局。

柴胡系列的处方，理论上来讲应该是效果不错的，但是你接手以后一直到往生，时间很短暂，还来不及观察他的疗效、来不及评估他的疗效，他就已经死了。所以我们现在也很难，除非与大医院结合，到大医院去有一个好处，因为你会写知情同意书，所以有任何三长两短，不是我们的医术不好，而是你的运气不佳。

胰脏癌有时候仪器照不到，所以胰脏癌的病变人数是

比较少，可是发展得很快，胃癌的病患很多，直肠癌也多，结肠癌的病患也很多。胰液分泌是帮助小肠的吸收，在早期发现胰脏有问题的话，处理方式都是用断食疗法，就是让你少吃东西，如此胰脏胰液分泌不是就不用负担那么重了吗？你的十二指肠的分泌不就负担减轻了吗？就是这样处理，所以尽量少吃油腻、少吃高营养的东西。在先进国家来讲，胰脏癌的比例更高，像美国他们牛排吃三分熟、五分熟的，造成胰脏的病变更多，事实上那些牛肉里面搞不好有寄生虫。

断食疗法

当台湾经济最繁荣、股市在一万两千点的时候，有很多人很嚣张，在国宾饭店对面有一个日本料理店，一客牛排的套餐台币一万多块钱，我曾经受邀去这家日本料理店，他的牛肉是从日本坐飞机空运过来的，据说他的牛是喝啤酒的，这样子的话，脂肪沉淀就比较少，听说肉质很嫩，那一天我是没有吃牛排，因为我说你不要请我这一客，为什么要吃到台币一万多块，我说你给我炒一盘米粉就好了，平常路边摊是台币20块、30块，到那边你就算200块的话，我们也比较吃得心安理得。所以请我吃这空运的日本牛排我没吃，然后看到血淋淋的，那个三分熟就是血淋淋，五分熟还是血淋淋，到七分熟大概就一点红红的，不会有血水，我吃不下去，听说是很嫩，但是我吃不下去，所以生鱼片还好啦，看到那个牛排，我就有点恶心。这样一来，引发胰脏癌的几率就比较高，你胰脏发炎啊，有些医师就叫你少吃，这就叫做断食疗法。

断食疗法其实在佛界老早就有了，他们叫做斋戒日，最常听到的就是过午不食，很多出家人，过午时就不吃东西了。他们很早就起来，每天早上两点，在美国已经往生的宣化上人，他有弟子回来给我看过，也邀请我到美国去专题演

讲，讲养生保健。听说他们每天早上两点钟就起来作早课，过午不食，所以有时候他们只吃两餐，所以你看很多出家人都瘦瘦干干的，尤其是净土宗的，他们对佛教戒律守得很严，最有名的就是弘一大法师，他在整个的艺术生涯最颠峰的时候，毅然决然的就退隐出家，严守佛教的戒律过午不食，有 6 个斋戒日，1 个月里面有 6 天，所以这个叫做断食疗法。

在《黄帝内经》以及孙思邈先生的千金方里面，孙思邈的千金方有两本，一本叫做《千金要方》，一本叫做《千金翼方》，在《千金翼方》里面他就提到，传统医学老早就在讲究这种断食疗法，称做“辟谷”，辟就是避开，避开就是避掉减少吃东西，这个谷就是代表所有的食物，所以辟谷就是断食疗法。虽然我们的老祖宗老早知道了，可是传到日本以后，断食疗法变成一个专科，甚至于还盖了许多断食寮，让患者到断食寮里接受断食治疗。

台湾也有人在做这一行，但是你要做断食疗法的话：第一，先要充分搜集断食疗法的资料；第二，要经过医师对你的体能的鉴定与评估，看你有没有断食的条件；第三，要接受有断食治疗经验的医师或专家的指导。经过这三个步骤，你才能够进行断食的治疗，否则的话，会得到适得其反的效果。

断食——也就是辟谷——的用意何在？是要让肠胃能够清除干净，肠胃里面没有宿便或食物囤积，就不会产生毒素；没有毒素，就不会干扰身体；不干扰的话，就不会在某一个局部这里痛、那里不舒服了，这是有道理的。包括要减轻你的体重，通过这种辟谷的断食疗法，绝对能够达到相当的效果，辟谷并不是叫你全部东西都不要吃，水分是一定要供应的，还要补充适当营养以维持体力，所以一定要有专家指导。

断食疗法也可以说是消除各种肿瘤的一个很好的治疗

方法之一，清除宿粪、清除堆积的废物，这样废物就不会渗透到你的血液，血液里面就不会有那些毒素在身体里面到处流窜，因为毒素到达哪一个部位就引发哪一个部位的病变。其实有很多癌症，尤其是消化系统方面的疾病，绝对可以用这种方法。

血癌与骨髓移植

现在血癌的病患多得不得了，我有两个很年轻、很小的病患，一个是从宜兰县五结乡来的李小朋友，一个是还没上小学的陈小朋友。李小朋友即使给他打了血小板，指数还是零，实在很恐怖。西医一筹莫展，除了化疗就是放疗，要不然就是作骨髓移植，但是骨髓移植哪有那么简单，还要经过 DNA 比对啊。

有一位东吴大学微生物系的林同学，每天晚上都晚睡上网，结果有一天感冒，滤过性病毒就破坏他的血液，变成血液病，检验指数当然不正常，本来我们给他调整得都很好了，结果没想到有一天感冒，滤过性病毒破坏他的血液转变成血癌，牙龈大出血，血液像喷射式地涌出，就到某大医院挂急诊，在医院那边一直观察，要准备作骨髓移植。他老爸老妈如果能够捐赠的话，那当然没有问题，但是不合适，后来把他的姊妹从美国找回来，作 DNA 比对还是不行，那就只有等了。等待骨髓移植的患者当中，有人等了 5 年，绕了六十几个国家，最后才发现新加坡有一个人的骨髓可以捐赠给他，所以科技有科技的好处，科技有科技可爱的地方。

小心感冒病毒

现在我们看到血癌的病患不仅很多且年龄层很低，有的一周岁，一岁多的也有，不论老少会导致血癌的因素，第一个最重要的是感冒。感冒的病毒会破坏血液，现在我们

看到一感冒就引发的病例,当然人之所以会感冒的原因,是因为过度疲劳,导致免疫功能低下,病毒破坏你的血液就形成血液病,破坏呼吸系统就可能出现喉咙痛,破坏眼睛的话就造成角膜炎、结膜炎,破坏鼻子就变成鼻窦炎,或者是鼻子的问题,破坏耳朵就变成中耳炎、内耳炎。另外就是太累,太累了以后看你的某一个局部功能较差,受到影响的几率增大。

举我自己的例子来讲,因为长年累月的疲劳、透支体力,一疲劳抵抗力就低下,所以我在 1991 年 11 月 20 号因为外感罹患了急性肾盂肾炎,或者简称叫做急性肾盂炎。肾盂肾炎急性发作的时候腰会酸痛得不得了,身体上下两节有一节好像不是你的,非常非常的不舒服,送到三军总医院,一定先要作一些例行的检查,血液检查结果,发现血小板偏低得很严重,正常血小板是 15 万到 30 万,结果我的血小板低到只有剩下 7000,他们第一个考虑,会不会是脾脏有问题。

因为我们人体本身就有一个自动调节系统,当你发现血小板偏低的时候,第一个考虑:会不会是你的血液被自己的脾脏吃掉了,那么就要作 B 超检查,作 B 超检查发现脾脏很好没有问题。第二个考虑就要看你的骨髓造血的功能怎么样,要观察骨髓造血功能的话就要作骨髓穿刺,但骨髓穿刺会留下一些后遗症,民间称骨髓穿刺叫做"抽龙骨水",留下的后遗症就是会腰酸背痛,尤其天气变化的时候,会有很明显的症状出现,所以平常的人不太愿意接受抽骨髓的。抽骨髓当然第一个是看骨髓的造血功能,如果造血的功能没有问题,就是要看你有没有病毒,如果骨体制造出来的血液一制造就被病毒给破坏了,那当然就危险了。

我是不让他抽骨髓的,所以那位医师说,这样子好了,那就改抽你胸骨的骨髓。不管是抽脊髓或者抽胸骨,总是危险性很大,一般都会要你写知情同意书的,不要说抽骨髓作这

个胸骨的穿刺，光作血管的显影照相都要你写知情同意书，不是我的医术不好，是你的运气很差，万一有个三长两短，不能怪我，因为是你自己运气不好，所以通常都会要你写知情同意书。总之，11 月 20 号我住进三总，除了作些检查以外，对于骨髓的穿刺与胸骨的穿刺，我是肯定拒绝的。

脾脏肿大，活血化瘀

一般脾脏有问题的话就会肿大，把你自己的血液吃掉了，你的脾脏就会肿大，西医就可以判断，但脾脏肿大他们也没办法治。中医可以用活血化瘀软坚散结的药，吃了以后脾脏就会慢慢消减下来。有一位国小五年级的黄姓小男生，在某大医院看了三年多的慢性肝炎，结果看不好；后来发现他的脾脏比同年龄层的脾脏要肿大 1 倍，三年多未见好转，精神体力都很差。

我给他治疗以后脾脏就缩小了，恢复正常人的脾脏，西医就觉得很奇怪，为什么会缩小呢？事实上他们不了解，我们是用活血化瘀的方法，肯定让你的脾脏恢复正常。我们刚刚讲用这个活血化瘀的方法，散结软坚，就能让那个肿瘤软化、让他缩小，最后恢复正常，因为体力比较差，不然以他的聪明资智，考取建中是没有问题，最后差 1 分，考取师大附中。

再说我自己的例子，我 11 月 20 号挂急诊，除了作例行的检查以外，事实上他也没办法给我治疗，因为他没有药，除了激素以外，也只有激素，所以给我的那些药我一颗都没有吃。就这样观察了 5 天，作该做的检查，包括心电图、血液检查，然后再观察后绪发展，结果没有用，我就在 11 月 25 号离开医院。

三总我有很多的好朋友，当时核医学部的主任陈威廉先生、医学工程部的主任张福庚先生、风湿过敏科的徐钢先生和他太太张木兰都是医师，每天都跑到病房来看我，问我

怎么办?怎么处理?最后我要出院的时候有一个核医学部的组长廖元智问我说:"我把每一天的医学报告都给你影印了,你要不要带回去?"我说:"我带回来干什么?带回来每天看到我自己是一个病患,一个血液病的病患,那我带回来干什么呢?"我说我不要。

从1980年11月到现在,我对我自己的一切一概不知道,我的血液怎么样、我的心脏怎么样、我的血糖怎么样、我的血压怎么样,所有的一切我都不得而知,到现在已经十二年多了,我一概不知道,我也没有去检查。当然我天天都在痛,天天都在不舒服,但是我不理他,我不在意。我如果接受他的化学治疗、放射治疗,甚至什么骨髓的移植,那我现在还活着吗?我想可能还是有问题,所以你不理他,就没有问题了。

有一个退伍军人钟先生,他有一年就是生病发烧感冒,然后送到某大医院,一抽血检查,不得了了,白细胞高到几十万,正常指数是1万以下,他高到几十万,六七十岁的年纪了,医院也是一筹莫展。他的孩子就接我去医院看,我给他用浓缩科学中药,吃到第5天白细胞就恢复正常了。所以你说现代医学有时也有瓶颈!

还有一位餐厅老板蒲先生,退伍军人,浙江人,结果也是一样,白细胞高到几十万,甚至嘴唇肿得跟猪八戒一样,大医院也是无可奈何。我给他吃了药,起码他嘴唇的肿很快就退下来,然后白细胞逐渐下来。另一个从宜兰来的严小姐,白细胞最高到180万,吃了药以后很快就下来,下来以后又跳上去,宜兰罗东的某医院就一而再、再而三的要给她作化学治疗,我建议她最好不要接受,最后吃了药以后,不到两三个月的药,现在起码是情况大有好转。

治疗的方式,有外感的话,就优先处理外感;没有的话,我们就专心处理血液的问题了。白细胞偏高就是表示有发炎,一些抗病毒的药就会用得到,像金银花、连翘、白虎汤的

变方玉女煎，这些都会用得到；如果是偏低，那就表示免疫功能低下，那我们就一定用健脾补气的药。健脾补气的药可多了，四君子汤、五味异功散、六君子汤、七味白术散、参苓白术散、香砂六君子汤等等，都是健脾补气的药，山药、玉竹都有健脾补气作用，党参、黄芪也是，但是有感冒时黄芪基本上是不用的。白细胞偏低需健脾补气，偏高就用清热解毒，造血功能有问题的，就用肾气丸之类的，加一点补血的、止血的药，吃了以后症状明显改善。

生活作息最重要

有位 1997 年 10 月出生的邓小妹妹，在 1999 年 8 月，某大医院的小儿血液肿瘤科评估要换骨髓。她来我这里看诊时，血小板不到 1 万，白细胞不到 1000，血红蛋白只有大概四点几。吃了两个多月以后，最先改善的就是血红蛋白；血红蛋白一升高，她的白细胞、血小板就跟着升高。她是我最成功的一个病例了，到 10 月就发现不需要换骨髓，前后才两个月，医院检验科的医技人员，还有主治大夫，都觉得很奇怪。

那位主治大夫的妈妈就住在这附近，她的血小板也只有 4 万，而且已经很长久的一段时间，那位医师就叫他妈妈来我这里看。第一诊来看，检验报告是 4 万，第二诊吃了一个星期的药以后，就变 5.5 万，很明显增加了 1.5 万，第三个星期又升高到 7 万。后来她也觉得没有什么毛病，我也认为没有必要吃药。我把自己的状况告诉她，我说我连药也没有吃，而且也根本不知道现在血小板是多少，我不愿意做检查，检查除了吓你自己以外，又能怎样？当然我是可以自己处方用药，但一般的人检查了以后，发现情况更不好，每下愈况，那是不是天天哭、天天紧张吗？

现在血癌的病患要比肿瘤病的还要多，环境、病毒、饮食、生活作息都有影响，其中作息是最重要的一个因素。我



会特别交代，像小朋友的话，我说炸鸡块、炸薯条食物你是绝对不能吃，一定要吃得很清淡，绝对绝对不能吃那些垃圾饮料、垃圾食品，这个是非常重要的，那些小朋友都还满能够接受的，反而有些大人病患不守规范。

淋巴癌

有位钟先生的腋窝下长了一个淋巴瘤，本来像鸡蛋黄那么大，挖掉没多久又长，长得像乒乓球那么大，再挖掉后又长，而且长得像鸡蛋那么大，挖掉后又长得像橘子大、葡萄柚般大。这样一直长一直挖，一直长一直挖，不是办法，索性把膀子砍掉，但即使砍掉膀子，也担心会转移？当他膀子砍掉后，病患请我去三军总医院看，我开了像加味逍遥散、真人活命饮、蒲公英这一类的药。



我看过的人数至少超过几百例以上，发现这样用药效果非常理想，我都是以加味逍遥散为主，然后加蒲公英、天花粉、浙贝母、神曲、香附，吃了以后效果非常好，不用割除。其实我可以告诉你，有的根本就是不痛不痒，有的已经有分泌物的话问题就比较严重。像翡翠水库有一个汤小姐，她的乳房不仅有分泌物，流出来的还是红色的血水。她不敢面对现实，因为担心会变肿瘤，所以一个星期吃不下，哭了一个星期，一个星期睡不着，症状不但不会改善，只会愈来愈严重，因为你吃不下、睡不着，身体的抵抗力就更差了。

过去我帮她看好两种毛病。有一天，她接我到翡翠水库去演讲，我在车上听到她“呃！呃！呃！”一直打嗝，我说你这个打嗝有多久了？她说有五六年了，我说没有治疗吗？她说有。找谁治疗啊？西医的不讲，中医他说找某某医师。我说奇怪了，这本来是很容易处理、很容易解决的问题，为什么会拖那么久。



我说你把手伸出来，我就在她内关用力按压一下，直到我演讲结束，回程没有听她打嗝了，五六年

的打嗝就这样好了，没有吃药，只按压内关。她因为打嗝所以导致结婚五六年仍不孕，不孕的病证我开药给他吃，用当归芍药散、加味逍遥散的方子，隔年她就生了一个女儿，取名叫蒂伊，我说生女儿叫第一，那生男生叫冠军啰！

后来她亏了几百万，也不敢再生孩子，情绪受到影响，就出现这个状况，乳头分泌出血水来。她想到几个毛病都是我帮她看好的，所以跑来找我。我说你这个憨呆了啦，自己这样哭一个礼拜，一个礼拜睡不着吃不下。我用加味逍遥散加味，吃了一星期就不再流血水了。如果流血水还有恶臭的，分泌出来的味道很难闻，就表示身体里有溃烂化脓的现象，这是比较不好处理的。其实有硬块的比较相安无事，比较好处理，最可怕的就是刚刚讲的，有恶臭、分泌物等；但只要能配合耐心服药，症状会趋于稳定。

不过有时候很难，因为来诊病患很多，我们没有那么多时间给予心理治疗，一般像这种人我们最好想办法开导，让他做好心理建设，对自己有信心，对疾病不会害怕，是很重要的因素，你对疾病不会害怕，自己有信心，再加配合饮食、作息，才有效果。



其他癌症

有的人贪口腹之欲，这实在很危险。很多年纪大的人常常肚子闷闷胀胀的，排便排不出来，甚至已有几十年便秘，罹患肿瘤的几率当然就特别高。吃喝拉撒睡是人类生理的本能反应，忍尿是最坏的习惯，造成男性的前列腺肥大，男性前列腺肥大的病患愈来愈多，前列腺癌，完全尿不出来，做尿道扩张术还是尿不出来，所以不要忍尿。

对前列腺肥大、前列腺癌的病患，我们用猪苓汤，搭配桃核承气汤，桃核承气汤有活血化瘀作用，对前列腺癌、膀胱癌都有效，猪苓汤和五苓散有两味药的出入，五苓散

里有白术与桂枝或肉桂，猪苓汤里有滑石、阿胶，其他三味药都一样：猪苓、茯苓和泽泻。泽泻是利尿剂，猪苓、茯苓不是直接利尿剂而是增进气化作用，那是因为老祖宗很厉害，两千多年前就知道，很多药是先作用到脑部才产生利尿效果的。

有位报社的副刊主编来找我的时候，已经尿血尿了13个月，每尿必血，马桶都是红的，他几乎快崩溃。去医院泌尿科看，医师说是前列腺炎，但吃了1年多消炎药还是没有用，我就用猪苓汤加莲藕，莲藕是非常好的修补药，对身体从头到脚任何一个地方都能发生作用，属于睡莲科，睡莲科植物的强韧生命力简直无法形容，青海干涸的河床发现沉埋的莲子，经科学鉴定，已有千余年历史，经锉开种植，竟然发芽成长。更神奇的是在澳洲发现包裹在蜜蜡里的莲子，经过鉴定已有三四千年历史，种植后竟然也长得欣欣向荣。我在想如果把人包裹在蜜蜡里说不定还能活，当然这是需要特殊的技术，有待研究生命工程与生命科技的人来开发。睡莲科的植物对人类生命的延长一定有很大的帮助，所以选择食物时可以尽量选择睡莲科的食物如莲子、莲藕，莲藕可以打汁或榨汁。

有一个洗肾的许姓男生，他到林口长庚找我时，尿毒指数223，肌酸酐的指数10.5，我开了济生肾气丸、猪苓汤、仙鹤草、莲藕、白茅根、冬瓜子。平日的食疗部分，我建议他每天打500毫升的莲藕汁喝。两个星期后，他的尿毒指数下降到99，肌酸酐指数下降到5.4；1个月后尿毒指数到87，肌酸酐指数到4.2。藕粉像油漆又像水泥，可以把血管修补好，清除脑血管阻塞；换句话说，平常应多吃莲藕或荷叶蒸排骨、荷叶蒸水饺等，荷叶可以化瘀，荷梗、莲子、莲蓬，从头到脚都可以用，神奇得不得了。

至于仙鹤草，有的说它是蔷薇科，有的说是爵床科，是

很好的止血剂，可以加元参、地黄，一吃血尿就改善了。彰化洪老先生，72 岁，在某大医院作过四次尿道扩张术，一滴尿都尿不出来，我用猪苓汤、桃核承气汤加怀牛膝、车前子、木香、冬葵子，一包药就尿出来了，不可思议。

女性有妇科专属的肿瘤病，乳癌、子宫颈癌、卵巢癌这一类，乳房肿瘤的话用逍遥散加减，因为肝经走到乳头，而且环绕生殖器，所以用逍遥散、加味逍遥散；加蒲公英，蒲公英是菊科植物，单一味蒲公英就可以治疗乳房肿瘤；加金银花，金银花属忍冬科，本来就可以预防肿瘤，我每次都会介绍，金银花 5 钱，黑豆 2 两，甘草 3 钱用 6000 毫升水煮 40 分钟，当茶喝，全家人喝就可以预防肿瘤，不要再喝垃圾饮料。



肿瘤灵药：仙方活命饮

总之，很多的肿瘤病，我们会朝着活血化瘀、软坚、散结这几个方向考虑；治疗的同时再补正驱邪，这是很重要的。

仙方活命饮，我们用来治疗从脑袋一路下来的肿瘤，因为它有散结的药，又有溃坚的药，以及软坚的药，有解毒的药。刚刚讲的金银花，属忍冬科植物，意思说冬天再冷下霜雪，它都不会掉叶子，生命力超强，可以预防肿瘤。



对症有方

仙方活命饮

仙方活命饮平剂，疮毒痈疽俱可医，
未成即消疼肿去，已成脓化立生肌，
穿山皂刺当归尾，草节金银赤芍宜，
乳没天花防贝芷，陈皮好酒共煎之。

载于《校注妇人良方》，为清热解毒之剂，能清热解毒，消肿溃坚，活血止痛。由白芷 3g、贝母 6g、

对症有方

防风6g、赤芍药6g、当归尾6g、甘草节6g、皂角刺(炒)6g、穿山甲(炙)6g、天花粉6g、乳香6g、没药6g、金银花9g、陈皮9g组成，上十三味好酒煎服，恣饮尽醉。此方治一切痈疽，不论阴阳，疮毒未成者即消，已成者即溃，化脓生肌，散瘀消肿，乃疮痈之圣药，诚外科之首方也，故名之仙方活命饮。主治一切阳证痈疡肿毒初起，红肿灼痛，或身热凛寒，苔薄白或黄，脉数有力。现代本方常用于治疗化脓性炎症，如蜂窝织炎、化脓性扁桃体炎、乳腺炎、脓疱疮、疖肿、深部脓肿等属阳证、实证者。

大家都怕死了肿瘤，那你就用黑豆、甘草，这两味药叫解毒汤。

我们经常谈到，台湾的环境实在是太脏乱了，天天不晓得吃了多少有毒的东西，那些蔬菜水果，只要一碰到台风下雨，早上洒的农药下午就采收，反正肉眼也看不到，也没办法随时拿机器测试含的毒素有多少。我亲眼目睹一个老太太卖菜收市的时候，菜很漂亮，她就丢掉，我问她那么漂亮的菜为什么不带回去，她说那是洒过农药的，意思就是你们买回去吃的是你家的事，她自己要吃的她留一块地专门种，不洒农药。她还跟你讲，不要看那些菜长得丑丑的，肯定没有农药。

我有个住台南东山的学生，家里种很多水果，每一收成就会寄些过来，还特别打电话告诉我，说不要看柳丁长得不漂亮，但是你放心绝对没有洒农药，意思就是长得很漂亮的大都是有农药的，黄豆芽、绿豆芽愈肥愈胖的愈有问题，都用生长激素培养的，很可怕。你回家拿个容器，把绿豆、黑豆放入容器，天天加水，看要几天才会长出那么高的芽，总

得一个星期才长得出来,但是他们只要3天就可以让它长得又肥又高,什么道理,就是生长激素啊,这也是造成今天很多肿瘤的重要原因之一,动植物皆然。

小柴胡汤系列治疗癌症

我们用小柴胡汤这一系列的方,柴胡龙骨牡蛎汤也是从小柴胡汤变出来的,可以治疗很多的肿瘤病,还包括中风、脑部受伤瘀血。它里面有大黄,另外会用茵陈五苓散,它是专门利胆的,茵陈本身专门作用在肝胆,所有的菊科植物对肝胆都有很好的效果,茵陈就是菊科植物。大家在选择食物时,不妨多选择菊科植物,菊花可以泡茶,牛蒡有预防中风的作用,咸丰草、苍耳子、茼蒿都是菊科植物,平常多选择菊科的蔬菜或药物,对肝胆一定很有作用。

基本上,会罹患肝胆病的人常有湿热体质,造成湿热大部分是人为的因素:喜欢吃冰冷的东西,人的体温是36.5℃,一碰到零度的东西就会收缩痉挛,马上影响到生理功能,再加上过度劳累,喜欢喝酒,都会造成心理的压抑,就造成肝胆病。五苓散里有猪苓、茯苓,与灵芝、木耳、香菇一样都是蕈类,但是猪苓寄生在枫树底下,茯苓寄生在松树底下,本身有增强免疫功能的效果,所以实在没什么必要一定要吃灵芝、冬虫夏草。

还有一个处方叫一贯煎,对于肝气郁结的人,这个方子很好用。它有补肝血的当归、地黄,还有枸杞补肝肾,麦冬、沙参养肺阴,川楝子疏肝气,因为肝最怕压抑,想生气又不敢生气,想发火又不敢发火,是很可怜的。

南投草屯有一个林太太,辛辛苦苦和老公奋斗二十几年,赚了一些钱,老公就去大陆投资,本来每天打电话,后来一个星期打一次,到后来一个月打一次。本来每个月回来,后来3个月都不见人影,显然有问题。赶到深圳一看,原来

搞一中一台，一中又年轻，又会撒娇。孰可忍孰不可忍、乞丐赶庙公，于是与老公大吵一架。这一吵右胁就臌起 20 公分的硬块，回来到台北一家大规模的医院诊治，医师叫她回家办后事。我觉得有道理，你又争不过人家，天天生闷气，肝气郁结，怎不生病？

经由她的亲戚陪同来诊，我给她用四逆散，四逆散也常常用来治肝胆病，有柴胡、枳实、甘草、芍药，止痛又能疏肝气，再加川楝、香附，香附是非常好的行气药，作用在十二经，奇经八脉都会产生很好的效果，一吃肿块就都不见了，我们这样一路下来，虽然不一定能把肝肿瘤、肝硬化治好，起码会让它的症状比较稳定，或者延缓生命。



食疗与心疗

少阳病可以体位来区分，胸腔淋巴系统可归在少阳的范围，身体的两侧也属少阳管辖，外眼角、颈部、耳朵有问题时，都要找少阳处理，耳朵痒、耳朵痛、耳鸣、耳朵化脓发炎现象，都可用小柴胡汤加减，外眼角有毛病也用小柴胡汤加减，淋巴结及淋巴肿也是由此处理，效果都可以肯定。有硬块一定要用散结、软坚的药，天花粉、浙贝母散结，牡蛎的外壳则是软坚的药，夏枯草、青皮（未成熟的小橘子晒干）、天花粉都是散结的药，牡蛎、海藻、昆布、干贝、海参、墨鱼、海蜇皮都是软坚的药，海里的动物、植物、矿物都有软坚的功效，常吃海带、紫菜、发菜对便秘有效，有肿瘤也可软化。炸的东西最不好。

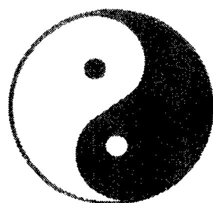
先前《联合报》上介绍过林务局的孙研究员夫妻俩，都罹患肿瘤病，每天除了喝牛奶，几乎都从生机饮食来治疗肿瘤，林场大概有 400 公顷，他只选择两种植物，一个是樟科，一个是壳斗科植物，长期使用，肿瘤竟然慢慢消解，千万不必要紧张。

有时候我发现,疾病真是人想出来的,我记得有个来看诊的病患,皮肤颜色非常苍白,显示有恶性贫血,白中还有一点黄,他就担心有没有肝病。我问他为什么会想到肝病,他说因为他父亲就是死于肝癌,只要是母系或父系有人罹患肿瘤、死于肿瘤的,就会有人天天都在想。我说那岂不应证"心想事成"这句话,你天天想天天想,没有的事都被想到有。

我也相信,真的很难得有洒脱的人,一般人听到肿瘤就自怨自艾,我的看法是要先接受事实。记得花莲凤林有位彭妈妈,70岁那年,50岁的儿子就肝硬化死掉,她就天天哭,天天睡不着。她另一个儿子带她来看我,第一次来我就对她说:"你最好继续哭,拼命哭,最好把眼睛哭瞎了,我保证你儿子会回来!"就这样一句话,她就悟了,因为就算你真的把儿子哭回来,你也看不到了,有什么用,那天晚上就睡着了。她听懂了,她没有读书,但是一句话就懂了,所以有时候我们治病是要用方法的。

置之死地而后生也是一个方法。台北银行有个女行员,一天到晚自怨自艾,总认为自己爹不疼、娘不爱,兄不友、弟不恭,看到人家三五个人聊天就怀疑是在批评她,她来看病,我告诉她:"像你这样早一点死掉好!"其他人听到都吓死了,提醒我说她等一下如果去跳楼怎么办?安心啦,我就看准她根本不会跳楼,天天把死挂在嘴巴的人绝对不会去死,那种闷声不响的人什么时候跳下去,你就不知道了。这和参禅一样,要用什么机锋刺激她,所谓当头棒喝!

第 11 篇
妇女疾病与不孕症



• 养生有道

☞ 补血的中药

☞ 女性多吃菊科植物好

• 医生借鉴

☞ 安胎首选桑寄生

☞ 乳腺病的灵丹妙药

【医案】不孕症

病历号码:66849

姓名:郑□□　　1975年3月21日生

初诊:2003年3月10日

主诉:1999年12月结婚,3年未怀孕,脸部有湿疹,口干舌燥

基本上,结婚3年未怀孕,就可诊断为不孕症。郑小姐出现经痛,伴随腰酸背痛,乳房胀痛,饮食不节,脸部长了湿疹,她先生是卖鸡肉的,也一起来治疗湿疹。因工作繁忙,口干舌燥,又不孕,加上做试管也失败,这对夫妻像很多试管不孕夫妻一样,终于想到找传统医学帮忙。我们中医总是帮人善后,难怪同道经常感叹不已。

初诊以加味逍遥散、甘露饮加天花粉、菟丝子、元参、香附、石斛等药。加味逍遥散已多次详述。甘露饮出自《局方》,从方剂命名大家就知道有“久旱逢甘霖”的涵义,是一剂很好的滋阴、养阴方,内有很多养胃药,也有肝胆病的药,对口腔溃烂、咽干口燥、口唇干裂脱皮、肝胆病等,都有很好的疗效。天花粉、香附、菟丝子等已介绍过,沙苑蒺藜与白蒺藜是不同科属,外观也截然不同。白蒺藜顾名思义,外观就像古代兵器中的蒺藜子,

一般白蒺藜都长刺，用在皮肤因外感而瘙痒，沙苑蒺藜神似二肾，可明显表现功用在肾。

郑姓女患者因工作忙碌，不能定时来看诊，1个月后的4月14日二诊，我除了守前方外，特别加了前面提到的沙苑蒺藜，结果6月26日再来诊，喜悦地告知已怀孕。为了护胎与怀孕初期的妊娠呕吐，本日我以小柴胡汤止呕，因为小柴胡汤内有半夏、生姜，都是止呕圣药。

由于郑女士第三诊又告知胃痛，腰酸背痛，所以将二诊之甘露饮换当归芍药散加桑寄生、延胡索、续断、木香。桑寄生、延胡索、续断对腰酸背痛有很好的疗效；木香、白芍对胃痛、背痛也有很好疗效。

经过上述过程处理后，正常顺利产下可爱的小宝宝，为了感谢我们，特别送来水果，因先生卖鸡，所以满月时送来一锅麻油鸡酒。

不孕症

有关不孕症，我们处理的病案很多。导致不孕或孕后流产的原因不少，一般都因喜好冷饮，生活压力大，承受家庭早生贵子压力又大而影响脑垂体正常功能，故首先要调经，如果有痛经要先缓解症状，再加上老祖宗留下的妇科经验智慧，用药治疗，效果一定很明显。

加味逍遥散治疗泌乳素过高

在临床上，因泌乳素过高的不孕症非常多。通常泌乳素高的患者，常有乳头不自觉分泌乳汁，乳胀，生理期也会不净而滴滴答答，中医称淋漓不尽。有一位林小姐，婚后3年不孕，西医诊断为泌乳素过高，还伴有久婚不孕，导致睡

眠障碍，且口干舌燥，肠胃闷胀，腰酸背痛。我们在一诊时就以加味逍遥散加蒲公英、香附、郁金、鸡血藤、阿胶、大腹皮、神曲等，几乎服药1周泌乳素就降到正常值。



肝经环绕阴器，再走到乳头，因此有乳房病症都用加味逍遥散，效果良好。蒲公英对乳房病变有特效。香附走十二经奇经八脉，气病之总司，女科仙药。神曲作用在肠胃消化系统，搭配大腹皮，对肠胃胀气有很好疗效。香附、郁金搭配，对情绪引起的睡眠障碍有很好的疗效。一般女性贫血用阿胶、鸡血藤，就是很好的补血剂。文献上告诉我们，用当归、黄芪称补血汤，确实能补血，增强血红蛋白；但对口干舌燥，用黄芪、当归，往往造成很多不适。我已多年不用归芪补血汤，但是为了促进血红蛋白、红细胞、血小板的回升，必须用补血剂，经我深思熟虑后，用鸡血藤、阿胶补血效果良好。

桂枝龙牡汤针对月经淋漓

二诊时，林小姐的泌乳素已恢复正常，口干舌燥也缓解。我告知她才三十多岁，却头长白发，月经量少到甚至不用换卫生棉，如此当然影响正常排卵。针对此症，本诊用桂枝龙牡汤，另加丹参、旱莲草、骨碎补，取代一诊的蒲公英、香附、郁金、神曲，用桂枝龙骨牡蛎汤是基于月经每次都淋漓不尽，一方面影响月经出血量，即生理周期无血可下，另一方面是造成子宫收缩。



对症有方

桂枝龙骨牡蛎汤

本方出自《金匮要略·血痹虚劳》，文谓："夫失精家，少腹弦急，阴头寒，目眩，发落，脉极虚、芤、迟，为清谷亡血失精。脉得诸芤微紧，男子失精，女子梦交，桂枝龙骨牡蛎汤主之"。该方实为

对症有方

桂枝汤加龙骨、牡蛎而成，虽有桂枝，非治伤寒，此治虚劳也。由桂枝、芍药、生姜各9g，甘草6g，大枣12枚，龙骨、牡蛎各9g组成，上七味，以水700毫升，煮取300毫升，分三次温服。主治虚劳阴阳两虚，夜梦遗精，少腹弦急，阴头寒，目眩发落，脉象极虚芤迟，或芤动微紧；亦治下焦虚寒，少腹拘急，脐下动悸之遗尿症。

桂枝龙骨牡蛎汤是出自仲景先生《金匮要略》的《虚劳篇》，提到男子梦遗、失精，女子梦与鬼交、半产漏下等，桂枝龙牡汤主之。半产是指怀孕20周就流产；漏就像水龙头关不紧，滴滴答答；大出血称血崩，如山崩土石流；下就是一般所称的“带下”。所以桂枝龙牡汤有很好的安神、潜阳、镇静之效。尤其漏下因有龙骨、牡蛎收涩作用，而桂枝汤可调和营卫，能调和营卫即能调和气血，气血调和，很多病症就能痊愈，怀孕几率就增加。本诊用丹参，一味丹参功同四物，可以养血。旱莲草属菊科植物，其汁如墨，也称墨旱莲。所有血液色素成淡白，我们就会找黑色素较多的药材，旱莲草就是其中一种。

另外是一般人熟悉的何首乌，这一味药在很多杂志及媒体推波助澜影响下，以为可以治百病。而我不喜欢用是因为我了解它与大黄同属蓼科植物，大家一听大黄就害怕，因为服大黄就腹泻，其实服何首乌过量也会腹泻。造成腹泻原因与炮制过程有关。曾有一位中医前辈，很善用大黄，他一定亲自到药行选用，并亲自炮制，他几乎是蒸熟用，称熟大黄，引起腹泻几率减少，何首乌亦同，要经九蒸九晒。另外，黑芝麻也确定可以改变血红蛋白。

我多年前曾找寻一些文献，想了解哪些药对白发有效，

其中旱莲草是首选,加侧柏叶、石榴皮、核桃壳,确实有效,但第二次洗发就洗掉了,这中间是否可加黏着剂,可供同道参考。我也曾找天然植物、药材用治皮肤色素沉淀造成的斑块,又不至于伤害人体的美白方,一定可以造福人群,学医的目的就是帮助普天下的人。

回到本症,加骨碎补是针对林小姐的腰痛,有位银行经理,也是常年听我课的学生,有天他太太腰很痛,家中正好有骨碎补,请他太太服下后,竟然很神奇地止痛了。试想骨碎补对骨折都能修补,腰痛更能治愈了,就如同续断一样的功效。

本病案提出的目的,是让读者了解传统医学对泌乳素过高有很好的疗效。内湖有位吴小姐,也是泌乳素过高,先前在妇产科注射雌激素无效,只服我的药1星期就降到24左右(正常值为二十)。她先生从事电脑工作,非常好奇,为何服中药1周就能将泌乳素降到标准值,他说若不是工作忙碌,他实在很想探索中国医学的奥秘与神奇。我始终本着一个理念,希望国人对传统医学有深刻的认识,如此对传统医学的推广才能收到良好效果。

安胎首选桑寄生

怀孕后的安胎当然也很重要。一般人的观念,安胎应照药物学中的黄芩、白术,这观念受汪昂所著《本草备要》的影响,事实上仲景先生在《金匮要略》中,将孕妇依体质做一区分,因为老祖宗有一说法,即肥人多痰,瘦人多火,所以黄芩泻上焦之火,白术燥湿。但肥胖的人要用化痰药,体瘦的人则用清热的药,所以《金匮要略》妇科有当归散、牡蛎泽泻散,就是针对不同体型用的方剂。

我个人比较常以药物的机转来用药,就如桑寄生,它无根却可以用寄生方法依附寄主供养,而能生存并欣欣向荣,



枝叶茂盛,所以我用于安胎,会首选桑寄生。

重大病症

现代妇女面对家庭、工作、社会,所扮演的是多样角色,压力很大,身心的负担也大,难免病症比较多,除了一些妇科常见的症状外,也有一些重大病症,妇女都闻之色变。

关于乳房重大病变的观点

我们妇科里面就有一个病患,一天到晚发现乳房有硬块要自我检查。发现有硬块,一检查切片铁定叫做乳癌,我问她有什么症状呢?除了硬块以外,没有什么症状,不痛也不痒,也没有不正常的分泌,那样怕做什么?

前面提过的汤小姐,有一天发现乳头流血水,我想100个病患中有101个都会吓昏掉,汤小姐因此一整个星期每天睡不着、吃不下,天天哭,不知道自己到底什么病?最后她到我这里,服1个星期的药就好了,如果去西医院、去妇产科,肯定会是乳癌什么的,一定建议开刀、做化疗。但是我1个星期的药,用加味逍遥散,加上蒲公英等,现在她人好好的。

根据美国的医疗统计,乳癌开刀每天死亡的最少超过300个,乳癌开完刀以后,同侧手臂都会肿大,有的连手都举不起来,没一个例外,有的甚至要做重建工作。开完刀以后,腋窝下就植皮,再怎么弄手也一定麻,因为淋巴组织被破坏了。我看过少说上千例以上,有的人乳房有像鸡蛋那样大的肿块,吃吃药就消弥于无形了。

对子宫及附件重大病变的观点

对现代女性来说,子宫颈癌、卵巢癌都对健康有极大的威胁,但是女性的这类癌症,大部分都是心理抑郁比较

多。现在的一些保险,在给你投保之前,会给你作免费的全身检查,内湖一位35岁的薛小姐,发现有子宫颈癌零期,然后就茶不思饭不想,吃不下睡不着,整天忧郁整天哭。后来她来找我,我就把我的心得告诉她,有些人听得进去,大部分的人都听不进去。她认为西医是比较科学的,西医有数据可以做参考,有数据报告的比较科学,但科学有什么用呢?其实根本没有药医治,除了化疗就是放疗,除了开刀切割就是那些治疗,有人开过4次子宫颈的问题,有人开过4次乳房的问题,开了又长,开了又长,到底该怎么办?我就不懂,你为什么不思考让它不要再长?结果割,一直割,割到何年何月呢?像鼻子毛病,割了六次鼻息肉,你说能怎么样?她听不进去,这个通常都是要有缘分。

医病关系很奇怪,你一定要有那个缘分,有一位没有声音10年的女老师,怎么对她讲都听不进去,把自己多年来的所有积蓄全部花光了才想到,很多年前就有人推荐,要她来看我,她听不进去,最后终于来了。刚开始只能笔谈,但服了3次药,声音就出来了,而且很便宜,只花台币几百块钱,上千元台币都不到。

卵巢囊肿有的是良性的有的是恶性的,到今天为止,西医都找不到原因,为什么会形成巧克力囊肿、子宫内膜异位、子宫肌瘤、子宫腺瘤等等,但是有一个共同的结论,就是这些肿瘤的形成都是靠月经的供养。

妇科重大病证的处理

对于卵巢囊肿,你会发现他们拿性激素给她吃,让她吃了没有月经,让那些肌瘤、肿瘤、肿块萎缩。有的就建议你,如果没有结婚就赶快结婚,结婚以后就赶紧怀孕生孩子,因为怀孕时没有月经,没有月经的话,自然肌瘤、肿瘤、肿块就会萎缩。另外,如果年龄到了四十七八岁,医

师会叫你忍耐，什么意思呢？就是说忍到你更年期到了，没有月经了，没有月经供养，那些肌瘤、肿瘤、肿块自然就萎缩。

这些算是比较有良心道德的医师，会建议女生早一点结婚，早一点怀孕，早一点生孩子，或者叫你忍耐，等待你的月经没有了；没有良心道德的医师一看，就装得大惊小怪，恐吓威胁你如果不赶紧处理，将来肿瘤会愈来愈大，要赶紧开刀之类的。很多女性就这样器官被割掉了，割掉之后就造成性激素分泌失调，分泌失调之后回头又叫你吃性激素。明明知道吃性激素一定会引发很多问题，可是没有办法，就这样让很多女性身心受创。

中医怎样处理？我们用活血化瘀的药，丹参、香附、泽兰、三棱、牡蛎等软坚、散结、化瘀的药，吃着吃着有的就消失了。有一个来自高雄美浓的张太太，是所有吃药患者中反应最明显的，她的肌瘤有鸭蛋那么大，大概吃两个月就完全消除掉。



其实，在中医妇科中，单味蒲公英对乳房病证就会有效。蒲公英为菊科植物，我一直鼓励人家多吃菊科，蒲公英、莴苣、茼蒿、牛蒡、红凤菜都是菊科植物的，菊科植物基本上都有清热解毒的作用。

更年期不分性别

中医关于人体生理周期的认识

中医的典籍《黄帝内经》提到，女生以七为周期，二七十四岁，三七二十一岁，四七二十八岁，五七三十五岁，三十五岁开始就有皱纹，鬓角有白发，六七四十二白发就出来了，七七四十九生理周期就结束了，这是原则，所以当然有例外。男性以八为周期，二八十六岁表示成人，有生育能

力，当然现在成熟得早，也有十四岁就做爹的，但总是不健康的，到八八六十四岁为止——坦白讲，不是只有女性才有更年期综合征，男性的更年期综合征就晚到六十四岁以后。

现在有很多媒体或报章杂志在谈更年期，很多女性一看就知道，每天下午会有潮热感，冒汗、心悸、晚上睡不着觉，尤其又面临空巢期，儿女都长大了，又不喜欢参加活动，天天在家里胡思乱想，人家就说是更年期综合征；男性的更年期综合征没女性那样强烈，但也可能出现阴阳怪气的现象，脾气会变得很古怪、孤僻，很多动作都令人无法想像，只是男性更年期综合征比较没有受到重视。

更年期症状的处理

女性遭逢更年期，西医就拿性激素解决，其实这问题很大。这有点像吸吗啡、抽鸦片，都属烟毒犯，但是吃性激素比吃鸦片糟糕，有人吃性激素吃到都要崩溃，而且已经有很多报告指出吃性激素会致癌。有位62岁的吴太太，她的儿子得了鼻咽癌，在医院做化疗，她都陪儿子去，趁陪诊之便请医师诊断。医师拿性激素给她吃，吃后有两个反应，本来她50岁就停经了，一吃性激素乳房肿起来，月经又来了，把她吓坏了。

中医的话，可以使用加味逍遥散，对于潮热有很好的改善；使用炙甘草汤，心悸、冒汗的现象就会改善。炙甘草汤里有阿胶、地黄、麦冬、人参、火麻仁等滋阴的药，加味逍遥散里有牡丹皮，牡丹皮是凉药，之所以会潮热是因为交感神经兴奋，牡丹皮就有降热的效果，再加柏子仁、地骨皮——就是枸杞根，可以治肺结核，只要加这几味药，更年期的症状就消失了。

对症有方

炙甘草汤

炙甘草汤参姜桂,麦冬生地大麻仁,
大枣阿胶加酒服,虚劳肺痿效如神。

伤寒,脉结代,心动悸,炙甘草汤主之。
——《伤寒论》第一百八十二条

本方出于《伤寒论》,为补血剂。由甘草(炙)四两12g、生姜(切)三两9g、桂枝(去皮)三两9g、人参二两6g、生地黄一斤50g、阿胶二两6g、麦门冬(去心)半升10g、麻仁半升10g、大枣(擘)三十枚10枚组成,上药以清酒七升,水八升,先煮八味,取三升,去滓,纳胶烊消尽,温服一升,日三服。能滋阴养血,益气温阳,复脉止悸,主治阴血不足。阳气虚弱证,见脉结代,心动悸,虚羸少气,舌光少苔,或质干而瘦少者。虚劳肺痿,见咳嗽,涎唾多,形瘦短气,虚烦不眠,自汗盗汗,咽干舌燥,大便干结,脉虚数。服用本方,必要时配伍健脾助消化之品。偏于心气不足,炙甘草汤则重用人参。

女性一方面有更年期症状,一方面又有骨质疏松现象,炙甘草汤里的阿胶这一味药,就可以补充胶质,不但如此,还能改善因为流失出现的血红蛋白偏低、红细胞偏低,甚至于血小板偏低的现象,吃1个星期血红蛋白就上升了,红细胞就增加了,很神奇。



更 年 期

女性更年期的概念近年有新的发展，称之围绝经期。这个阶段女性在生理和心理上都经过较大的变化，即容易出现围绝经期综合征。在精神方面常有焦虑、抑郁、激动，喜怒无常、脾气暴躁、记忆力下降、注意力不集中、失眠多梦等改变。由于心理、社会因素和内分泌改变综合影响，可出现潮热，出汗等血管运动症状。同时，围绝经期妇女由于雌激素水平的下降，容易发生骨质疏松症和冠状动脉粥样硬化等疾病。所以对围绝经期综合征应该认真对待，积极治疗。

与肾水有关的都用肾气丸

《素问·上古天真论篇》中说："丈夫八岁肾气实，发长齿更；二八肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子……女子七岁肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。"又说："肾者主水，受五脏六腑之精而藏之。"可见肾有藏精、主水之功能。

中医学的"肾"非常重要

之所以叫做肾气而不叫肾阴或肾阳，是因为两者有所不同：肾中精气是肾阴、肾阳的物质基础，肾阴、肾阳又是肾中精气的基础。其中对人体起濡养、润泽作用者为肾阴，起温煦、推动作用者为肾阳。肾阳推动人体各脏腑的生理活动，为一身阳气之本。肾阳充足，则人的精神旺盛、精力充沛；肾阳不足，就像釜底无薪，除了出现本脏有关症状之外，

还会影响各个脏腑的生理活动，且引起种种病变。

先天之精要继续发挥生命力，必须有后天之精的不断充养；而后天之精的化生，又必须依赖先天之精的活力资助。两者相互依赖，存亡与共。因此后天之精充盈，先天之精自然充沛，机体活力和生殖能力旺盛；先天之精充足，则后天之精的化生也才能源源不绝。精能化气，肾精所化之气就是肾气。肾精所以能发挥作用，是和肾气分不开的。因此，肾精充沛，则肾气旺盛，肾精不足，则肾气随之衰减。

人的生殖能力、生长发育和衰老过程，主要是由精气盛衰所决定。由于肾气逐渐充盛，所以人到青春期，就产生天癸，女人出现月经，按期排卵，男子精气溢泄等性功能逐渐成熟，而有生殖能力。

与“肾”有关的病及处理

在病理方面，只要是生长、发育、生殖能力出现异常，都与肾相关。也有很多病例证实，某些月经失常、小儿发育迟缓、筋骨萎软等症状，是因为肾气虚衰所导致。临床的表现多数有精神疲惫、腰膝冷痛、形寒肢冷、小便频数等，也会出现阳痿、早泄、子宫虚寒不孕等生殖能力衰退的病变。所以通过补肾阳的方式，比如说，用温肾丸就可以调整女性月经周期失调、子宫虚寒、不孕等病症。

《金匮杂病》一书中，把肾气丸运用在改善少腹拘急、小便不利、肥胖咳嗽、糖尿病，以及女性病症等多方面病症。肾气丸出自仲景方，首见于后汉张机（仲景）所写的《伤寒杂病论》，由干地黄、山茱萸、薯蓣、泽泻、茯苓、牡丹皮、桂枝、附子组成。肾气丸对女性许多病症都有治疗效果，《内经》有云：肾藏精与志。肾所藏之精包括先天之精（指性腺分泌，也指禀受父亲之精子与母亲之卵子，即构成胚胎的原始物质），是生长发育的先天之本，同时也指人体本身具有繁殖后代能力的生殖之精。